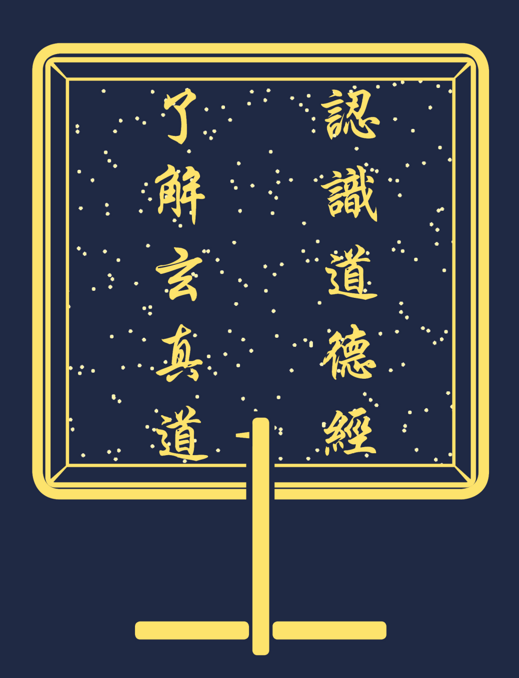
道德經內外直解

（圖文註解）



按

呂祖全書

醫道還元

內外雙修

詮釋

道教明善學院 刊印







道德經內外直解

按
呂祖全書
醫道還元
內外雙修
詮釋

總目



《道德經》篇：

序文

據史記正義：「老子母懷胎八十一年而生」。湊巧《道德經》上、下篇共八十一章，莫非是天道與老子有默契乎？

老子從母左腋下脫胎靈舍，與尼山聖（孔子）及雪山佛（如來世尊）共出一時，為三教祖師。老子隱柱史中為周室藏書吏，並欲於該時期開化群倫，惟無有相合相投者，乃駕青牛西出函谷關，授「道德」真文予真人尹喜。老君以斯妙道有傳，至教已立，後世永賴，乃復一氣，歸於太清、大赤宮中（返回天宮），為「道」宗師。

五千餘言，言言妙諦，發揚道德，清靜無為，至玄真要，奧理昌明，教法廣備，為「道」宗旨，入世出世，得聞斯言，利賴普被，如能領其要旨，躬行實踐者，可抱樸歸真，長生天地不滅。

致若《道德經》文八十一章，縱橫順逆，隱喻良多，揭陰陽真妙至玄之寶鑑，揭天經地義，說人世之雜理，包羅萬有。歷世以來，諸家甚多解釋，有咸認為是一部哲學、養生或政治權謀、兵法、相對論、科學著作等等，眾說紛紜，各述己見，莫衷一是。

孚佑帝君純陽呂祖，慈悲憐憫聾聵（愚昧），特為之振鈴鐸以警醒愚迷，不僅青牛再度，大其聲而疾呼，於是先後開玉局，結壇社演經於：

（一）鄂渚（湖北省武昌）：於清康熙己未年間（公元一六七九年）至乾隆己未（一七三九年）前後達六十年，降鸞演經，開度群迷，揭五千真言秘奧。參後文《呂祖全書》簡介。

（二）廣東茂名信宜：於清光緒二十年（公元一八九四年），演醫身、醫心、醫性命之書，書名為《醫道還元》。內文多引《道德經》五千真言為體用，深而大化五行，運轉生尅。參後文《醫道還元》簡介。

（三）廣州「宏道精社」：丙戌年至戊子年（一九四六年至一九四八年）。

香港「圓玄學院」：癸巳年至癸卯年（一九五三年至一九六三年）。

香港「玉清別舘」：乙巳年至己巳年（一九六五年至一九八九年）。

太上道祖與呂祖師分別降鸞同演《玄門內外雙修篇》面世章，為修真妙文，綜言陰陽五行，天人二道並內丹修煉課程，與《道德經》文互補表述，誠修真道者之寶鑑。

以上三卷真經內文，乃擴五千言所蘊蓄者而洩之，收五千言所散出者而合之，內修、外修無一不備，極闡道德微旨，透闢真宗。

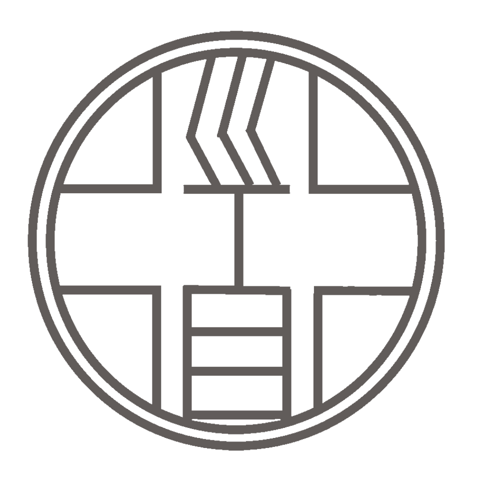
筆者躬身研道三十餘載，對《道德經》文尤為殫精竭慮，悉心研探，深以不獲透徹經旨為憂。今幸獲上述三部至寶經書，方悉其妙。惟研讀《道德經》文，如呂祖師明示：「書中尚有不盡剖晰之語。各以義會。無拘於語言文字。若徒執文字。不達太上立言之旨」。

筆者今按《呂祖全書》、《醫道還元》、《玄門內外雙修篇》、《太上十三經》、《參同契》等主要經典，對《道德經》作以基本來意的闡釋，分內、外二途直解，外途多言陰陽順逆，人生哲理，處世及倫常八德等。內途為三品「精氣神」及人身五行小天地之「氣」「液」升降。為使研讀者易於明瞭《道德經》文中隱喻如天地陰陽互爕升降及五行造化，內煉修丹寓言譬語等，今按〈鍾呂修真傳道集〉及《玄門內外雙修編》內文淺釋於篇首，註釋譬語，使讀者先明玄理，然後再研讀《道德經》文，如此看閱，方能得逐徑之妙，一層深一層，一節玄一節。

在中西文化融合的今天，書刊內容附加圖畫作淺釋，冀藉增加後來者對《道德經》研讀的興趣，為振興中華文化，宏揚於世，打開道德之門，促使人類文明進步，息爭除惡，便是本書撰寫的由衷。

後學「三早道人」謝傳清敬序於香港明善學院

天運戊戌年（二〇一八年）暮春



導讀篇

收錄：

〈凡例〉
〈太上道祖寶誥及簡介〉
〈呂祖先師寶誥及簡介〉
〈扶鸞之義〉
〈《呂祖全書》簡介〉
〈《醫道還元》簡介〉
〈導讀一至十章〉

凡例

本書仙聖簡介，經書由來及導讀內文涵括：

（一）老子：依史記及道教經籍，簡介 老子生平及親授《道德經》予尹喜史事。

（二）呂祖（即八仙之一的呂洞賓）生平，其傳道之緣，渡世闡教及開啟玄宗法嗣歷事。

（三）恭錄 呂祖師聖訓〈扶鸞之義〉原文，給後來者認識扶鸞（扶乩）之義，鸞生訓練及其所負之不同職責。

（四）簡介三部經書演說由來及年歷：

《呂祖全書》

《醫道還元》

《玄門內外雙修篇》

以上三書真詮鸞文內容概括《道德經》文真義。

如何閱讀《道德經內外直解》：

《道德經》內含三才演化及內修譬語。

為使研讀者易於掌握閱讀入門，故在詮釋經文前，以條理分列〈導讀一至十〉於《道德經》文篇首：

導讀一　〈創世紀／宇宙生成論〉

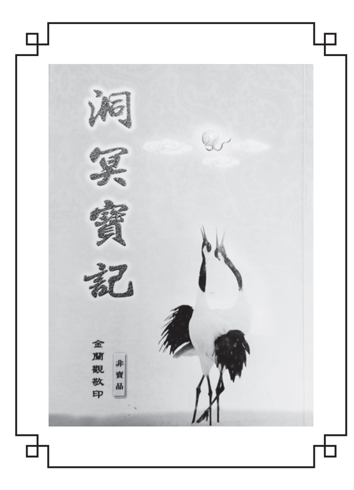
導讀二　〈論孕育元始仙佛／造人、造物〉

導讀三　〈論人神之別〉

導讀四　〈論天界〉

導讀五　〈論地獄〉

內文依據《呂祖全書》卷二十九〈鍾呂修真傳道集〉〈論大道第二〉、〈論天地第三〉及一部著名鸞演經書《洞冥寶記》頒演於雲南省洱源縣（公元一九二〇年至一九二五年）編撰而成，主要介紹天地人三才形成之始末，人與神之區別，天界、地府真情描述。



導讀六〈論天地升降／日月往來〉

主要闡釋天地如何升降、日月如何往來。內容主參《呂祖全書》卷二十九〈論日月第四〉、〈論四時第五〉編寫而成。

概《道德經》……

第五章　【天地之間。其猶橐籥乎。】
第七章　【天長地久。天地所以能長且久者。以其不自生。故能長生。】
第二十五章　【寂兮寥兮。獨立而不改。周行而不殆。】
第四十二章　【萬物負陰而抱陽。】

內文綜言天地升降、日月往來之事。

導讀七〈論造化生人〉

篇章依據《呂祖全書》卷二十九〈論五行第六〉闡釋人如何生於天地，人身五行（心、肝、脾、肺、腎）如何象歸先天五行，並附「修真圖」簡釋人體器官、骸骼及竅穴、百脈與先後二天逆修之關係，使閱讀者更易明解《道德經》內文修真譬語，互相對照。

導讀八〈論玄門內外雙修篇〉

附錄內外雙修原文，使研修者明解《道德經》文字句語諸如：

第一章　【無欲以觀其妙。有欲以觀其竅。同謂之玄。玄之又玄。眾妙之門。】

第六章　【谷神不死。玄牝之門。】

第十章　【載營魄抱一。】

第十四章　【希夷。無狀之狀。無象之象。】

第二十章　【善之與惡。相去若何。】

第五十一章　【道生之。養之。覆之。】

第五十八章　【禍福倚伏。】

第六十二章　【道者。萬物之奧。】

導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉

依鍾離太師

呂純陽祖師問答內文，闡釋《道德經》文句：

第二章　【有無相生。】
第六章　【玄牝之門。是謂天地之根。】
第八章　【上善若水。】
第十六章　【歸根曰靜。靜曰復命。】
第五十二章　【既得其母。以知其子。既知其子。復守其母。】
第五十五章　【牝牡之合而朘作。】
第六十一章　【牝常以靜勝牡。】

導讀十〈論精氣神〉

概因《道德經》內文，老君「無為道」乃教導世人觀妙觀竅，從後天有為實體，逆修「精氣神」三品重返先天無極即「無為樸道」，故特依據《玄音》妙文，闡釋「精氣神」三者不同修煉證驗，作為修真者研讀《道德經》之南針。

敬希閱讀者，宜先參研上列導讀文，再研讀道德經文義，如斯可得逐徑入微之妙。

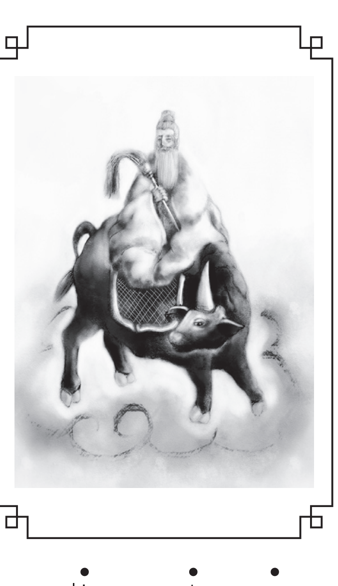
太上道祖寶誥及簡介

太上道祖寶誥

至心皈命禮

身經億劫　氣化三清　太極圖中　蓄就乾坤祕旨　函關闕外　演成道德真經　對柱下以參禪　名傳佛祖　向殿前而問禮　事紀聖人　青犢騎來　妙諦曾融於尹喜　赤虹吐去　奇胎復種於黃公　清空成紫字之文　靈鍾苦縣　碧落獻丹書之祕　翠滴瓔房　大悲大願　大聖大慈

太上道君道法彌深　三清應化隨時普度罡風不壞助國金剛佛　叩



- 〈金光神咒〉經文云：三界內外，惟「道」獨尊。
- 上言「道」乃：先天無為大道，包含無極、陰陽、八卦、五行造化之玄道。後天有為之道，包含三綱、五常、倫常八德之妙理。
- **老君騎獨角青牛**，代表「道」獨尊無二而存於「天地人」三才之中。

何謂「寶誥」？

各仙聖如屬濟世，功勳顯著者，例有《誥文》，《誥文》之為用，乃使眾生明其典故而為敬之，但亦有助世之仙賢其不欲世人明其真跡者而拒受《誥文》，亦比比皆是。

太上道祖簡介

太上老君、即老子，累世化身，歷劫為王者、帝者之師。伏羲時❶化身為鬱華子❷，神農時❸為大成子❹，軒轅時❺為廣成子❻，堯時❼為務成子❽，舜時❾為尹壽子❿，禹時⓫為真行子⓬。即寶誥「身經億劫」。

直到周朝時才寄胎於玄妙玉女，玉女懷胎八十一年，於（公元前五七一年，距今弍仟伍佰捌拾餘年），降生在楚國苦縣。生時破母左腋而出，生而能說話，指向一大李樹曰：「此吾姓也。」老君生時白首，耳長矩目，疏齒方口，指李（李樹）為姓，又取名耳，字伯陽。因生而白首，故又稱老子。據史書記載，老子乃春秋時期傑出之哲學家，即道家學說之創辦人，老子若是天之精神，當是無世不出的聖人，主張恬淡無欲、屈尊就卑，是欲與世人和光同塵。在周室（即周朝）曾任藏書史吏。史記載有

❶ 伏羲：古帝王、距今約七仟年或以前。始畫八卦，造書契，教民佃魚牧畜。

❷ 鬱華子：在伏羲時降於田野，授天皇內文，又降河圖八卦之文，教人以順性之道。

❸ 神農：古帝君，生於姜水，以姜為姓，距今約五仟年前，始製耒耜（粵音睞寺，耕田用具的統稱），教人務農，故號〔神農氏〕。常嘗百草製藥以教人療疾病。

❹ 大成子：又號傳豫子，在神農時，降於濟陰。授地皇內文，教人以好生之道，俾播殖穀果，以代烹殺。和合方藥，救疾養性。

❺ 軒轅：黃帝、居於軒轅之丘，故曰軒轅氏。黃帝姓公孫，名軒轅。距今約四仟七佰餘年前。

❻ 廣成子：上古仙人，隱居崆峒山石室中。皇帝聞廣成子在於崆峒之上，故往見之問以至道之要。廣成子曰：「至道之精，窈窈冥冥，至道之極，昏昏默默，無視無聽，抱神以靜，形將自正，必靜必清，無勞爾形，無搖爾精，乃可長生。」

❼ 堯帝：乃〔天官大帝〕，即帝唐堯，古聖德王，是三皇五帝之一，距今約四仟四佰餘年前。能觀測天象，製成曆書，使人民按照時節耕作。晚年禪讓帝位予勝兒子更優秀之舜。證道後封為大帝，即〔上元一品賜福天官紫微大帝〕掌九天之仙聖升降，人間福祿，銓敘職別。

❽ 務成子：堯帝之師，在唐堯時，降於姑射山，說《玄德經》，教人以謙遜之道。

❾ 舜帝：乃〔地官大帝〕，即帝虞舜。繼堯為帝，五帝之一，亦是古聖德君王。因生母早死，父再娶，繼母生子名象。父、繼母及象常害舜，舜均巧妙地安渡，而孝敬父母，看護弟象，仍如當初。二十歲時以孝悌聞名天下。舜曾在歷山耕作，在雷澤網魚，在河濱制陶，凡舜所居之處，百姓均來歸附，二年成村邑，三年成都市。舜證道後封為〔中元二品赦罪地官清虛大帝〕。執掌酆都十地（即地府）善惡之分判、輪迴往生、赦罪獎善之責。

❿ 尹壽子：在虞舜時降於河陽，說道經，教以無為之道。

⓫ 禹：乃〔水官大帝〕，舜即位後，命禹治水，禹竭盡全力，在外奔波十三年，曾三過家門而不入，遍行山川，測量土地，疏導河川，使洪水流入大海，治水終於成功。後繼舜即位天子，國號夏。禹繼承舜聖績，治理國政，兢兢業業，夜以繼日，天下安寧無事，四方士民均來貢服。鑑於禹帝疏導百川，治理水患，為民解厄，證道後封為〔下元三品解厄水官大帝〕，乃職司江河湖海井泉各級神祇，任免升降，並考核雨師之霖沛，兼轄各級水神。

⓬ 真行子：真行子一號甯真子，在夏禹時，降於商山，教以勤儉之道，授《九疇書》。又命宛委之神，玄夷使者，授禹《玉書》、《靈寶五符治水真文》，及罡步與劾召鬼神之法，為夏禹師也。

孔子專門到周國向老子請教學問（即寶誥「向殿前而問禮」），後大加推崇。孔子問禮於老子，老子告孔子曰：「良賈深藏若虛，君子盛德若愚，去子之驕氣與多欲，是皆無益於子也[13]。」孔子歸，三日不談。子貢怪而問之。孔子曰：「吾見人之用意如飛鳥者，吾飾意以為弓弩而射之，未嘗不及而加之也。人之用意如麋鹿者，吾飾意以為走狗而逐之，未嘗不銜而頓之也。人之用意如淵魚者，吾飾意以為鈎緡而投之，未嘗不鈎而制之也。至於龍乘雲氣，遊太清，吾不能逐也。今見老子其猶龍乎」。

後來，老子見周室已衰，乃乘青牛出函谷關，路過關口時，被關令尹喜留住，在此著寫聞名中外，修真哲學巨著《道德經》（即寶誥「函關闕外，演成道德真經」及「青犢騎來，妙諦曾融於尹喜」）。全書五千餘字，共兩卷，合八十一章，上三十七章悉言道體，下四十四章悉言德育，字字珠璣，為性命之書，統言治國修身，而移以煉道歸真。有關老子傳經授予尹喜史事（參後頁「紫氣東來」史事）。

老子始授「道」予〔少陽帝君〕，即〔東華帝君王伭甫〕內修聖功玄訣首部秘書《黃庭經》（即寶誥「碧落獻丹書之秘」），及後〔東華帝君〕嗣宏教法，開啟玄宗。

道教創立，始自太上渡函谷，創《黃庭》，傳《道德經》問世，後學者得一道以修行，進而為一大宗教。東漢以前，歷朝皇帝及修真道者，尊老子「道」為「黃老道」或曰「金丹大道」。迨至東漢順帝（公元一二五至一四四年），張道陵應運而生，而道教於該時期乃正式確立，尊老子為教主，奉《道德經》為經典，而老子是為道教之當然始祖。唐高祖加封老子為〔太上玄元皇帝〕，太者、至上之謂也。並親為《道德經》作註，嗣後道教推行愈廣，其道而愈宏。老子身經億劫，無世不出，隱顯

莫測，變化無窮，創道設教，學者得一道為修身之本，治國之基，上至帝皇公卿，下至販夫走卒，均可習此，太上之願，為「無為之道」，無量盡，證窮通，夙緣厚者，能修清靜之門，則抱真反璞，慧根淺薄，可修「鴻福之門」。

《太上清靜經》曰：「大道無形，生育天地，大道無情，運行日月，大道無名，長養萬物，吾不知其名，強名曰道」。老君「無為道」為生育天地萬物之本源，亦是道教宇宙生成論最簡短之概括。

「紫氣東來」史事

崇山峻嶺，綿延起伏，像一條巨龍盤踞在西北大地，這就是萬里終南山，在這郁葱葱，綿延不斷的崇山之中，在現今周至縣的一處山麓，建着一所草樓別墅，這就是周大夫關令尹喜隱德修行之處。

尹喜字公文，自幼聰穎好學，善觀天象，遇事沉着，長於思考。瘦削的面孔上嵌着一對深邃明亮的眼睛。他喜愛凝神沉思，似能把一切世事看穿，且度大量寬，以德化人，故而下人對他無不敬服之至。遇有疑難之事，都要去請教於他。一天，尹喜正在草堂和夫人弈棋，忽聽門外吵吵嚷嚷，接着便有下人神色慌張地跑進門來，語不成句地說：「大夫⋯大⋯夫，大事不好！」

⓭「良賈深藏若虛，君子盛德若愚，去子之驕氣與多欲，是皆無益於子也。」：此指孔子往求見七十二位國君，與之討論先王之道，闡明周公、召公往績，奈何未有國君願聽從，孔子慨嘆世人難明真理，老子語釋孔子之懷，解說在動盪不安的時代，刻意用仁義道德來教育君主，是行不通的。

尹喜將手中舉着的棋子穩穩地落在棋盤上，扭過臉來不慌不忙地問道「什麼事，如此慌張，這樣大驚小怪？」

下人說：「東方天空突然湧出一股紫色雲霞，形狀奇異得很，活似龍蛇傲遊天空，滾滾而來，勢不可擋。小人們想，如今戰亂四起，這股紫氣雲霞，不知主何吉凶？請大夫上樓觀望！」

尹喜聽說有這等事情，便站了起來，隨同下人外出，登上草樓，舉目遙望。果然見一股紫氣如蛟龍騰舞，自東西邁。尹喜觀後，掩不住心頭的興奮，連聲讚道：「妙哉，妙哉！此乃祥瑞之氣，真人將至矣！」

尹喜本善於天文秘緯，仰觀俯察，莫不洞徹。他情不自禁地讚嘆一陣之後，又自言自語地說：「夫陽氣盡九，星宿值合，歲月並王。復九十日之外，法應有聖人經過京邑，吾當於函谷關遮迎之」。於是便上書朝廷，願為函谷關令，遂蒙恩准。到關，敕門吏曰：「若有老翁從東來，乘青牛，勿聽過關，當稟我知」。

關令尹喜計算時日將至，便令下人全部齋戒，恭候迎接。至期，果見一老者，天庭飽滿，鶴髮童顏，兩耳垂肩，眉長三寸，目光炯炯射人。坐下青牛嘀嗒嘀嗒，邁着有節奏的步伐。老者坐在牛背上，逍遙自在，悠然自得。尹喜見之，趕緊迎上前去，再三稽首參拜：「聖人來矣，有請！」

原來，這騎青牛的老者，便是太上老君。老君姓李名耳，字伯陽，系東周守藏室史。因周室內亂，去官，準備西行，路過函谷關。他見面前這位官員，清奇不俗，氣度非凡，躬身迎迓，便問道：「你是何人？為何得知老夫將至？」

尹喜恭恭敬敬地回答道：「我乃函谷關令尹喜。去年冬天，我看見天理星天行，今春又見紫氣東來，狀如龍蛇，知真人將西行，故於此迎之。」老君曰：「吾亦知子之奇。」遂相與入關。

關令尹喜在老君前執弟子禮甚恭，不時請問道要，一日長跪請曰：「子當隱矣，強為我著書！」於是，棄卻關令，同回草樓。老君為之著書上、下篇，言道德之意。其他問請之精義，尹喜另行整理成書，名《關尹子》。

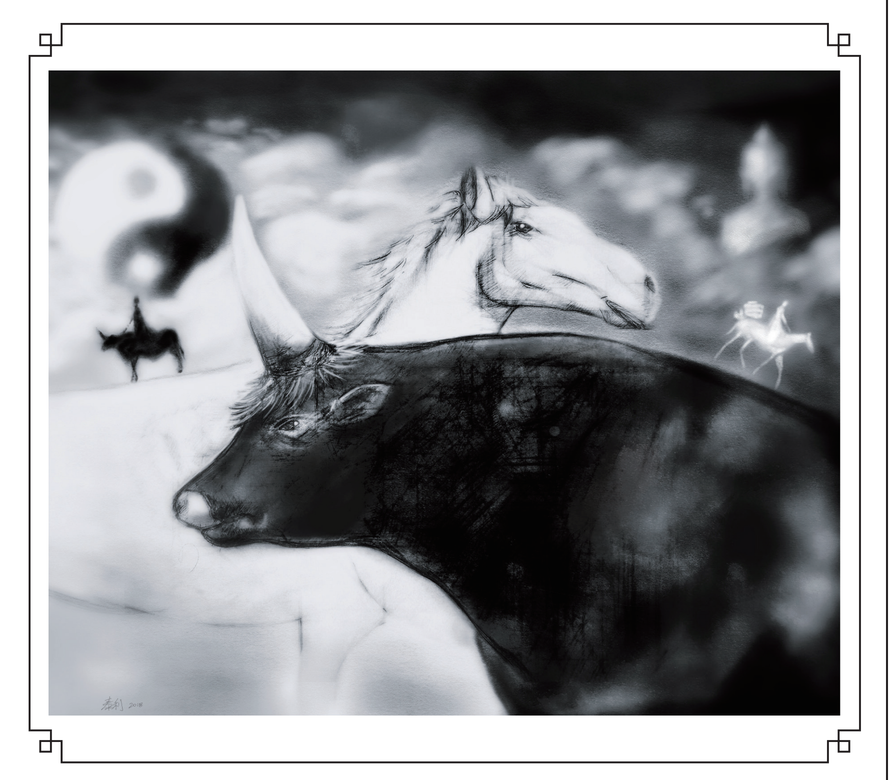
因老君還要西行，告尹喜曰：「你好好修道，予行道千日後，於成都青羊肆尋吾。」關令尹喜將此話牢牢地記在心中，千日後果於青羊之肆再會老君。這就是「紫氣東來」的史事，後人因之以「紫氣東來」表示祥瑞。

現今陝西省周至縣的「樓觀台」，就是當年關令尹喜結草為樓，觀星望氣的地方。「說經台」則是當年太上老君講授《道德經》的地方。「青牛柏」則是老君來到「樓觀台」繫他青牛的柏樹。如今「樓觀台」仍是道教最古的聖迹。

摘自《道教仙話》



尹喜



青牛去而玄學著

白馬來而佛教興

- 老子駕青牛西出函谷關，授「道德」真文予真人尹喜。後世尊老子為〔道教玄門〕宗師。而《道德經》則奉為道教玄門必讀經典。
- 玄學：即道家之學。
- 白馬寺位於河南省洛陽老城以東二十一公里。創建於東漢永平十一年（公元六十八年，距今約弍仟年前左右），是佛教傳入中國後興建的第一座寺。白馬寺建立之後，中國僧院便泛稱為「寺」。

呂祖先師月身聖像

呂祖所攜之「道囊」，乃用作存放以中藥焙製而成之丹丸，以備每次入山修煉時作乾糧食用。呂祖未成道時，入山修煉，或歷以月計。



呂祖於塵世渡人時，悲心急切，日夕奔走，
草履為穿，後乾脆赤腳行道，以取其便。

呂祖先師寶誥及簡介

呂祖先師寶誥

至心皈命禮

玉清內相　金闕選仙　化身❶為三教之師　掌法判五雷之令　黃粱夢覺　忘世上之功名　寶劍光騰　掃人間之妖怪　四生六道❷　有感必孚　三界十方❸　無求不應　黃鶴磯頭留聖跡❹　玉清殿內煉丹砂❺　存芝像於山巖　顯仙踪於玄洞　闡法門之香火　為玄嗣之梯航　大慈大悲　大仁大孝　開山啟教　靈應祖師　天雷上相　靈寶真人

陽演正爕元贊運警化孚佑帝君興行妙道天尊　叩

呂祖先師簡介

呂祖、八大仙之一。關於呂祖本姓，自唐朝以來，種種說法不一，綜合有三：

（一）呂祖姓呂，名嵒（或作巖），字洞賓。

（二）呂祖姓呂，名紹先。

（三）呂祖本姓李，名瓊，字伯玉。後更名姓呂、名嵒、字洞賓。河中府永樂縣

人，生於唐貞元十四年（公元七九八年）。誕生時，滿屋奇異香氣，天樂浮空。呂祖少聰慧，三、四歲即能誦讀，仁孝聰敏，日記萬言，矢口成文。呂祖為世襲顯官，出

❶ 化身：佛教語。佛三身之一。佛菩薩的本身為法身，世人不能看見，為了普渡眾生，在世上現身說法，都是佛菩薩的化身。

❷ 四生：即胎、卵、濕、化。胎生如人畜；卵生如飛鳥與魚鱉；濕生如蟲、蝎與飛蛾等；化生謂無所依托，忽然而生。
六道：（一）天道（三界神祇）、即真人，真仙級別以下之神祇；（二）人道；（三）阿修羅道（非仙非人）；（四）地獄道；（五）餓鬼道；（六）畜道。

❸ 三界：天界、地界、水界（江、湖、河、海等），或指欲界、色界、無色界。
十方：東、南、西、北、東南、西南、東北、西北、上、下，合稱十方。

❹ 黃鵠磯：位於湖北省武漢市武昌城。呂祖於清朝康熙年間（距今約三佰餘年）先後於武昌城內外降鸞演說修真經文，內容採一家言，會合三教宗旨，玄機盡漏，窮理究源，由五行而萬物，由倫常日用而身心性命，內外同修。所演經典玄文計有：
（其一）《五品仙經》演於江夏（即今湖北省鄂卅）城內之「棲真觀」。侍鸞生竟乃「西天古佛傳先生」西來住世，歷八佰年經數世至康熙年間，距今約三佰餘年。
（其二）《清微三品參同諸經》演於湖北省鄂渚「涵三宮」。
（其三）《參同妙經》三十二章同演於「涵三宮」。呂祖前後降於湖北省鄂城演經達數十餘年，桃花洞口，岳陽樓上，黃鵠磯頭，靈蹟疊見。即寶誥【黃鵠磯頭留聖蹟】。

❺ 玉清殿內煉丹砂：一說玉虛殿內煉丹砂。《前八品仙經》（撰刊於明朝萬曆年間，距今約四佰餘年前），記述呂祖降生前已屢修道德，名登仙籍。曾於唐朝天寶元年正月九日（距今約壹仟弍佰柒拾多年前），登鬱羅虛梵天宮侍虛皇天尊几下與眾聖一起聽天尊演說「大周天伏靈砂丹訣」（丹砂，內修語，即金丹）。後呂祖度世塵緣未盡，降生人間。

仕途，任江州宰德化縣令。在江州嘗遊廬山，遇火龍真人❻，真人見呂祖骨格清奇，神氣內蘊，將來成就非同泛泛，因傳以內丹煉己之訣，以固其基，並傳以天遁劍法，後遊江淮，試靈劍，除蛟害❼，人莫之識。是則呂祖在此數年中，得火龍真人內丹煉訣，已煉就小成階段，但依然儒士❽。期間適值晚唐朝庭宦官專權，又遇牛李黨爭❾，相互傾軋，呂祖亦受株連。至六十二歲黨亂稍平，乃回京復官，束裝赴路，於長安（今陝西省內）酒肆❿初遇鍾離祖師，鍾祖書一絕句於牆壁：「坐臥常攜酒一壺，不教雙眼識皇都，乾坤許大無名姓，疏散人間一丈夫，得道真仙不易逢，幾時相去願相從，自言住處連滄海，別是蓬萊第一峰，莫厭追歡笑語頻，尋思離亂可傷神，閒來屈指從頭數，得到清平有幾人。」呂祖見此人奇異，清風飄逸，禮揖請教。二人同憩於酒肆中。鍾祖親自執炊黃粱⓫。呂祖忽困倦、伏案昏睡，入夢境，舉進士，登顯宦，從縣官擢升至宰相，權傾朝野，獨相十年，後因應對差誤而被重罪，籍沒家資，分散妻子，謫官邊遠區域，途中遇大風雪，僕馬俱亡，不禁自嘆。忽然驚醒，呂祖見鍾祖仍在舉炊黃粱，鍾祖笑對曰：「黃粱猶未熟，一夢到華胥⓬。」。呂祖驚問曰：「公知我夢耶？」鍾祖曰：「汝適才之夢乃人生升降榮貧百態，壽夭得失，五十年間祇瞬息矣，得不足喜，失不足悲，古往今來，皆為一大夢矣⓭。」，蓋即此也。呂祖大悟，知名利榮辱皆幻境，因再拜曰：「願求度世術。」鍾祖曰：「子尚有數年塵緣猶未了也。」說畢翩然而去。呂祖遂棄仕途歸隱，後鍾祖十試呂祖，皆無所動。鍾祖曰：「吾十試子，子皆心無所動，得道必矣，但功行⓮尚未完滿，吾今授子黃白之術⓯，濟世利物，使三千功滿，八佰行圓，方來度子。」呂祖曰：「石成金而後，會否還原？」鍾

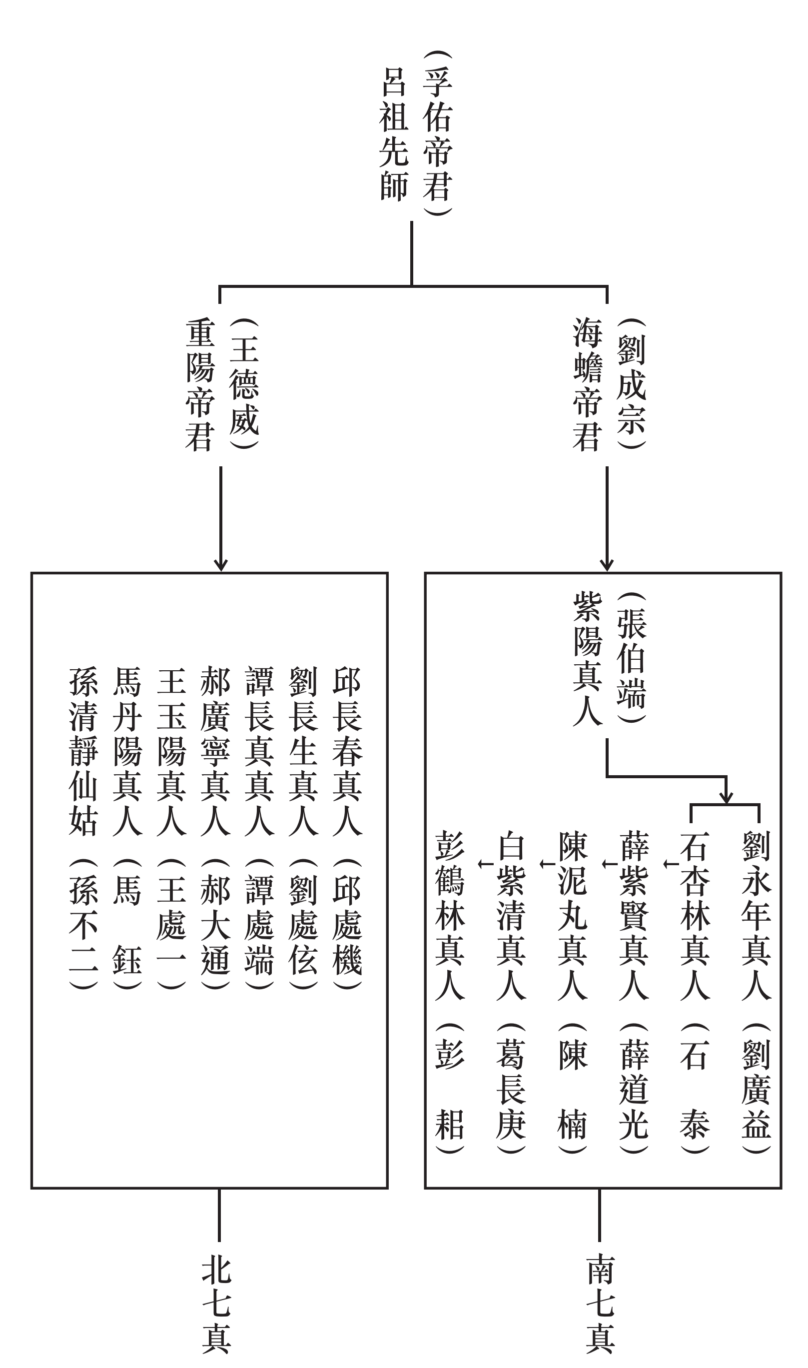
祖曰：「五佰年後，自回原狀。」呂祖嘆然曰：「誤五佰年後人，不願為也。」鍾祖笑曰：「子心善如此，三仟八佰功行悉在此矣。」乃攜呂祖至終南鶴嶺，悉傳授上真《靈寶畢法》⑯。呂祖遂避世隱行，入山修煉，鍾祖更名取姓呂⑰，名嵒，字洞賓⑱。鍾祖忽奉玉帝召為九天金闕選仙使，將登上界，臨別囑曰：「十年後洞庭相見，他日汝亦當似我。」呂祖曰：「嵒志有異於師，必度盡眾生，方昇上界。」（按：此是何

⑥ 火龍真人：即祝融君，炎帝之裔。
⑦ 除蛟害：即寶誥「寶劍光騰，掃人間之妖怪」。
⑧ 儒士：即儒家學士。
⑨ 牛李黨爭：即世族與庶族官吏之爭。
⑩ 酒肆：即酒家。
⑪ 黃粱：乃粟類。
⑫ 華胥：即理想樂土。
⑬ 皆為一大夢矣：呂祖寶誥讚云：「黃粱夢覺，忘世上之功名」。
⑭ 功行：指外修濟人利物功行。
⑮ 黃白之術：即點石成金。
⑯ 靈寶畢法：靈寶畢法乃道家內丹書，由鍾離祖師撮經之秘奧，傳呂祖以度世。
⑰ 呂：喻兩口子為呂。
⑱ 洞賓：為山洞賓客；另一說鍾祖只改名嵒，字洞賓，因呂祖本姓呂。

等大誓願力，其度世之心，相若於「地獄未空，誓不成佛，眾生度盡，方證菩提」，真慈腸也。）鍾祖去後，呂祖居終南山，殷勤修煉，養金液大丹，九還功成，時年已七十有三矣。此時呂祖已至聖神功化之極，了卻歸空大道，神滿太虛，法周沙界，度人心事，無岸無邊。據錦州志載：「醫吾閭山北，有孤石峭壁，上鐫呂仙像，又名呂公崖，乃呂祖煉神處也。即寶誥「存芝像於山巖」。呂祖大道完成後，老君化鶴，玄機指引（註：太上老君化作一鶴，呂屢騎未成，遂盤膝團坐，細忖煉氣，數鶴羽毛作忍，鶴忽叫如人聲，鶴化回老君，遂與老君攜手飛昇。）

呂祖行道度人，歷唐、宋、元、明、清五個朝代，足跡遍四方，為所度化者不可勝數。故道教至呂祖而其道愈宏，茲就其所傳道統簡列如左：

全真道南北二大宗派皆呂祖法嗣



呂祖成道後，出入人間，度人無量，道力至為宏遠。呂祖由儒入道，綜合儒釋道三教之旨，融和運用。天帝選仙金闕，頒詔為三教之師，而太上道祖則頒呂祖駐「玉清虛宮」⑲為內相⑳之職。釋迦牟尼世尊封誥曰〔自在文尼真佛〕。至元世祖時，勅封為〔純陽演正警化真君〕，元武宗時加封為〔純陽演正警化孚佑帝君〕。迨至清初，呂帝立殊勳，三教之玄門㉑，原由太上主掌，緣以呂帝之無量度人，立德於三千之境，導善於人間，拯神人於仙境，遂至鬼神欽，仙聖悅，智慧之士，得一道以進身，修真之士，憑一道以全真，於是太上授以玄門之掌，三百年來，厥功至偉。

歲次：辛亥（一九七一年）二月初一日

無極聖母頒令：

元始天尊晉法無極㉒

太上道祖進位太清

呂帝進駐上清之詔，但仍兼理玉清事務，增二仙以協之㉓。

南宋末初年，陸放翁詩中有「天下家家畫呂公，衣冠顏面了無同」。足見呂祖在民間之聲望和影響。

呂祖本姓：

關於呂祖本姓，自唐（唐代，距今約壹仟壹佰年前左右）以來，種種不一。呂祖

嘗言：「呼牛應牛，呼馬應馬，世人之謬，乃真乃假。吾唐以前，吾亦何有也。」其言達矣。夫太上（太上道祖）降生，指李為氏（手指向李樹為姓氏），雪山初誕，從脇而出（老子誕生時，破母左脅而出生）。神靈之徵，歷歷不爽，仙佛聖賢之生，由來異矣，若呂祖吾又焉能測之哉？

呂祖成道後，出入人間，度人無量，其中蒙呂祖化度及為世人熟識者還包括：

——唐代，度韓湘子、何仙姑（八大仙人）。

——宋初（公元九六〇年後），度陳希夷。

——宋時（公元一〇六二年後），度曹國舅（八大仙人之一）。

——明時（公元一五二二年後），度陸西星（潛虛）開「東派」。

——清時（公元一八五一年後），度李涵虛開「西派」。

⑲ 三清者乃太清宮、上清宮及玉清虛宮。在宇宙未分，陰陽混沌之時，為元始祖炁所化之三清天。一曰大赤天太清境，二曰禹餘天上清境，三曰清微天玉清境，三清之中以玉清虛宮為最接近人海，三清之間各有正位，統領諸天仙聖及主理人地事宜。

⑳ 內相：即寶誥「玉清內相，金闕選仙，化身為三教之師」。

㉑ 三教之玄門：即道教之掌門。

㉒ 鴻鈞老祖先晉無極宮（大羅天），及後元始天尊晉位無極。無極聖境（即十二重天）參導讀四。

㉓ 玉清虛宮由太上道祖建議，以三天尊共協理之，除成化（即邱長春天尊）外，另增二仙，宏化（即柳天尊），另一位者，穆正天尊（即呂日如真仙，在玉清虛宮專任玄門監察之責），是次頒詔為最近之上中天高位聖神之動態。至於坊間道書，有將三清倒印者，又有不據天道之位，而由人意安排者，比比皆是，未足以言鑑也。

扶鸞之義

●闡釋扶鸞（扶乩）：概因後讀〈呂祖全書〉，〈醫道還元〉，〈玄門內外雙修篇〉內文大多或全部由扶鸞演成。

呂祖先師示：

末劫期中闡道真　三思苦煉度凡塵
凡塵若肯從吾意　不為將相也為君

訓練鸞生一事。此舉對於宣化傳真。至堪裨益。惟是鸞生之任。一者非任何人可得。二者既能得。能傳天道於宣化之任者。更為難得也。考鸞生之道。眾生多有未明。今趁此會。概乎言之。鸞者。扶鸞之謂也。所謂扶。求神靈之扶持。所謂鸞。仰仗鸞駕臨壇指示也。扶鸞之名。實乃遊戲之途而已。今世之士。每以此名而稱之。實非道之闡也。鸞壇之設。有分為遊戲者。執此壇儀。例應書符念咒。稟告地神。轉請仙聖。偶一為之。以卜人海之休咎。正如文人之雅集。偶設文酒會以遣興之。再言崇奉之壇。世人之先後天既各具不同之處。先天化幻。後天隨之。更有緣數之會。因此逢緣必聚。遇數相加。列仙聖有素願於人海者。則設崇奉之壇。以應其素願。用人海之善功。以取上天之德。因此欲界崇奉之多。比比皆是。進而言之者。則為天壇也。天壇之立。均為中天核准設之。其設立之旨，以度世闡教。方便應化十方為主旨。

天壇之立也。以度人度己為唯一之旨。次為超生拔冥。以符生死均度。此所以為天壇也。各壇之別。既如上述，則芸芸眾生之中。應具備非常鸞生。以之應用。故所請多練鸞生。實為今日之世。應道之舉。惟是能為鸞生者。寥寥無幾人。此何故耶？今不能不細述之。**遊戲鸞生**。能有一師之承。傳以符籙。則勿論其人之先後天為如何。只求符籙之靈而出之。因此。此類鸞生。只可執遊戲之壇。進而不可也。至於**崇奉壇堂**。例不須以符咒開壇者。其為鸞生也。具有先天之慧或後天之智。二者得其一。均可鍛練之。至曰**天壇之鸞生**也。其所負之使命。為都天宣化。代天傳話。以道為度。十方應化。方便眾生者。若此非具先天之夙緣。後天之數運。實不能為之。芸芸眾生之中。具此條件者。實不多覯。今日之世。能執傳道之功者。實不多見。尤以晚近之士。憑其先天或後天之靈應。而能執鸞於中者。類多自驕驕人。或以為傲傲然不可終日。須知能執鸞者，類多得一二之門。或得以傳道。而不能休博二濟❶。或專長於休博。而不長於闡道。或闡道與休博均屬專長。而利幽星斗。難以及之。間有星斗利幽。休博二濟。宣化闡道。均能膺之。但又不能伏虎降龍。召神祛鬼。能為此者。**非真代之傳人**。無有二也。人之性靈。各別各異。欲習鸞生。應知六通之妙。**一曰他心。二曰天眼。三曰天耳。四曰智慧。五曰七竅。六曰神通**。習鸞者。倘若一竅不通。難有成就也。但是隨緣隨數。難為慾海眾生。爾我不知。神人不曉。本舘既欲發

❶ 休博二濟：休、即休咎叩事，以卜取捨或吉凶。博即博濟、指叩請藥方以療疾病。

乎眾生智慧。以道之用而為體用。道之力而揭人之智力。甄別智才。發而道用。亦一妙也。故設有鸞生訓練之組。吾亦興之。但如何組設。（其一）眾生之於人海也。每為俗事所纏。性靈雖屬定靜。而日夕為生活之所羈。百物之所感。須有靈之靜。性之敏。能有此虔心者。可學習之。（其二）緣與數相符合。能相符要持久。一鸞能在手。助道要持久。世間人能依否？（其三）七七持齋戒。洗淨俗塵空。有妻近不得。空對武陵翁。刻刻能久持。遨遊巫山十二峯。（其四）為求神靈顯。求學要杯卜。三杯勝入選。主理問虛空。既入緣與數。三誓要充足。一誓完吾志。二誓要精忠。三誓從玉清（即玉清虛宮）。矢志存道矗。不入法邪門。三思三省躬。能若此。宣誓後。主理者簽署。法壇負責者。批請核示。若批准後則欲罷不能也。若從別舘訓練而成材者。應遵本舘之指導。以應宣化之責。能收博濟者。則負博濟之責。若能收闡道或休咎者。則應負責之。外壇邀請。應呈師批示。否則不論習任何一門。如無師命。不得闖外也。由明日起。欲習鸞者登記之。下月朔日彙呈卜決。如是真傳顯應。通達天人。惟應慎而行之。

侍鸞生〈靈都子〉：謝顯通



●六通之妙：一曰他心，二曰天眼，三曰天耳，四曰智慧，五曰七竅，六曰神通。習鸞者。倘若一竅不通。難有成就。

摘自《玄音合刊》內文之〈鸞生職責與訓練〉
丁未年（一九六七年）十月十五日

《呂祖全書》簡介

《呂祖全書》原本木刻版付梓於清乾隆七年（一七四二年）。

該書主要由四子合力纂輯：

劉體恕、道號：無我子。

黃誠恕、道號：一行子。

劉允誠、道號：清虛。

劉蔭誠、道號：清惠。

四子邀集同志，往來貴州，湖北省水陸、經歷太湖等地凡十數次，前後歷八年時間，博採遺文、廣搜聖訓、抄閱完成，全書共三十二卷。該書與鄂渚即今湖北武漢市武昌區的呂祖道壇「涵三宮」有著直接的關係，概因四子之一黃誠恕乃「涵三宮」其中一位侍鸞生，而《呂祖全書》內文包含呂祖師降鸞演經於「涵三道壇」列經寶文諸如：〈清微三品〉、〈參同妙經〉、〈涵三雜詠〉及〈涵三語錄〉等諸經文。《呂祖全書》纂輯過程歷盡艱辛，非筆墨所能形容，今簡述全書卷目主要內容：

卷一：呂祖本傳，成道略說。

呂祖全書

乙巳仲冬

圓玄學院重刊

卷二：呂祖靈應事蹟，雖未能盡述，然就世所傳者，彙而綜之。

卷三至五：呂祖濟世、規諷或自況，寄情詩歌文集共八卷，本傳及靈跡三卷。詩歌五卷。包括呂祖所著〈呂祖五篇〉，談妙入玄，窮理盡性，悟道金丹的旨歌賦章：（一）黃鶴賦　（二）百句章　（三）真經歌　（四）鼎器歌（五）採金歌

卷六：〈指伭篇〉。呂祖之〈指伭篇〉，原藏諸青城石室，迨數傳而白紫清真人❶之和之。教人煉汞鉛之詩（內修）、陰陽大道、龍虎口訣、盡在詩中，誠丹道之津梁，與《參同契》❷、《悟真篇》❸二書，不差毫末。

卷七、八：〈忠孝誥文〉❹：呂祖師偶遊回雁峯，得過花石城，雲端之上，香風縹緲，見周永祐，秦文超諸鯤，胡思恭等，虔誠拜請，因作〈忠考誥〉六卷。茲誥選古來精忠七十二位，至孝三十六位，列其名號，讚其實行，各皆事蹟昭彰，無非為天下萬世，勉其忠孝。如有三教人，果能堅志奉行，細心體會，勸世人拜此誥者，天地清明，鬼神欽仰。

卷九、十：〈八品仙經〉蓋呂祖師之箕著（鸞示）。〈八品文〉會三教之旨，闡為諸經，其發掘整理於五處，時歷數年。五處鸞演地：

一、二品授於廣陵（今江蘇省境內）。品目〈太極化育品〉及〈五行端孝品〉。

三、四品授於金陵（今南京市）。品目〈誠悌導引品〉及〈正忠示教品〉。

五品授於昆陵。品目〈信實達道品〉。

六、七品授於信州。品目〈保精固命品〉及〈氣合伭元品〉。

八品授於臨江。品目〈神化無為品〉。

以上〈八品仙經〉，主於「道」而輔之以「儒」「釋」其體用，頗合乎中庸，由淺而深，由外而內，由顯而徹，由五行而萬物，由倫常日用而身心性命，無所不該，無所不晰（明白）。八品乃〈八品仙經〉最末一品，乃呂祖演於臨江府繆丁村月明菴中，由李常蓬侍鸞。演畢，呂祖復示李常蓬往廣陵（江蘇省）覓鶴城童啟佐，普取一至七品，歸一併刊梓布。其時年為明朝萬曆己丑（公元一五八九年）。〈八品仙經〉、呂祖演於五地，不由一人一方界，時歷數年，可想其演之不易，惟見呂祖師其心之慈，願之宏，志之堅確。

卷十一：

〈後八品經〉。呂祖師〈前八品經〉即全書卷九、十演於五陵。復有〈後八品經〉隱於臨江，藏而未傳。〈後八品〉所論皆宣說修仙證真還丹祕妙。呂祖弟子徐太極得而藏之而讀，粗晰其義，奉行弗怠。忽一夕夢皇冠博帶，有仙子之風，醒而有悟，隨起合刊〈前八品〉、〈後八品〉二仙經，公之天下，仙經妙諦，振千古聾愚，左道旁門，悉歸於正，徐子之

---

❶ 白紫清真人：即白玉蟾（一一九四至一二八九年），為全真道南七真之一。

❷ 《參同契》：又名《周易參同契》，作者是東漢的魏伯陽（公元一五一年），道教早期經典，託《易》象而論煉丹經書。

❸ 《悟真篇》：北宋張伯端（紫陽真人）著，公元一〇七五年，南七真之一。亦為內丹修煉著作。

❹ 誥文：帝王任命或封贈的文書。

功，功不可沒，時維清康熙乙卯（一六七五年）。

〈後八品仙經〉品目：〈太上洞玄華炁朝元品〉第一。〈忘情品〉第二。〈觀心品〉第三。〈靜性品〉第四。〈養氣品〉第五。〈築鉛品〉第六。〈入虛品〉第七。〈脫胎品〉第八。

卷十二：

〈五品仙經〉乃呂祖師演於湖北省楚會城北武勝門外之「棲真觀」。正侍乩生為江夏人傅先生❺、乃係〈西天古佛〉，來南贍❻度世。〈五品仙經〉乃按五行（金木水火土）、五常（仁義禮智信）之數以定品，法「河圖洛書」爻象之義以繪圖，以人心為一身之主。洩盡玄玄之微，登極宗門之趣。闡〈八品〉未說之秘。

〈五品仙經〉品目：

〈觀心除妄品〉第一：教人觀心除妄於品端，妄心既除，可以下手速修。

〈開基採藥品〉第二：煉藥（內修丹語）必須爐鼎。

〈煆鼎煉爐品〉第三：爐鼎恐人錯會，誤入旁門。

〈空形虛命品〉第四：一切色相，不可執著。空形虛命，空色兩忘。

〈脫胎出陽品〉第五：陽神出現，幾非在我，靜以俟之。修仙之能事畢矣。

傅先生小傳、參《呂祖全書》卷十二〈傅〉。

卷十三至十五：

〈清微三品經〉乃呂祖師降示湖北省武漢市武昌區的著名乩壇「涵三宮」。分上、中、下三卷，盡四字成句。演自清康熙壬午（公元一七〇二年）歷三年時間，靈文始就。經典透闢三教宗旨，理致淵深，發乾坤之

秘，大彰今古之微，誠稀有之真文。

卷十六至十八：〈參同妙經〉，呂祖演於「涵三宮」，始於清朝乾隆己未（一七三九年），時歷七年始畢。是經集數省人之力，因緣聚合而成。經共三十二章，合三教以立言、會五典而垂訓，輯四子❼之微言，集百家❽之緒論，發先聖未發之秘，闡佛仙未闡之精，乃修證之法言，實訓世之要典。

〈參同妙經〉分成上中下三卷共三十二章：

上卷：法會緣起章第一　始炁玄要章第二　敬畏天地章第三　清淨身業章第四

斷除口業章第五　防遏意業章第六　究論性本章第七　修德凝道章第八

敦篤天倫章第九　竭盡忠藎章第十

❺傅先生：湖北省、江夏人，淳樸質直，不事文飾，夙具靈根慧性，好道，雅慕呂祖。與附近同志諸人，結呂社請乩，得與呂祖結大善緣於「棲真觀」。傅於清朝康熙己未（公元一六七九年），為「棲真觀」正侍乩生演〈五品仙經〉。後呂祖知其夙根為〈西天古佛〉，來此南贍度世，歷八百餘年，傅先生之根因，隔世已不自知。呂祖遂於沙盤密示玄要與傅先生，傅言下頓悟，語密不傳。傅後入定，遍歷寰宇，時而天宮，時而西土，靈異頗多，不能盡述。及後閩省（福建）大旱，傅愍（哀傷）其凶，出神往救。禾（稻）勃然而生。上帝以其侵權（概施雨露降甘霖，須由上帝（玉帝）作主批行，上帝特啟寶林移西土，奉佛召回（召回傅先生）。及傅西歸後，他經有載其誥者（讚文），次上皇誥後，曰〈寂皇大天尊〉。其時「涵三宮」、即纂輯《呂祖全書》之主要道場，弟子亦多有覲（見）傅先生其道範。

❻南贍：即南贍部洲，佛經所說的四大洲之一，亦作閻浮提洲。

❼四子：即四子書，指《論語》、《大學》、《中庸》、《孟子》四部儒家經典。四子書是孔子、曾子、子思、孟子的言行錄。

❽百家：即《諸子百家》。「諸子」指的是中國先時期老子、莊子、孔子、孟子、荀子、墨子等學術思想的代表人物。「百家」指的是道家、儒家、墨家、法家、名家等學術派的代表。

中卷：明理釋疑章第十一　慎事師友章第十二　戒重化源章第十三
葆守真元章第十四　修崇善行章第十五　嚴辨真儒章第十六
伭關秘密章第十七　火候藥物章第十八　禪宗向上章第十九
警示禪流章第二十　會三歸一章第二十一

下卷：保刦惟善章第二十二　天人理一章第二十三　持盛在德章第二十四
因緣明驗章第二十五　罪福報應章第二十六　鬼神徵驗章第二十七
法體一如章第二十八　詮釋經義章第二十九　尊信聖教章第三十
瞻禮星斗章第三十一　統明修證章第三十二

卷十九至二十：〈聖德經〉、共二十四篇。乃記述呂祖昔日在大羅天與眾仙真說經偈。其中三篇乃呂祖演於「蓮華分社、澹寧堂」與諸生維清、維靜等講經。另一篇由孫不二（北七真之一，孫清靜元君）在「華陽洞天」與諸天延那仙姑、十二溪女說《坤元妙經》。

卷廿一：〈醒心真經〉乃呂祖師於清康熙年間（距今三佰多年前）偶應周庚書符請鸞所成。誠如呂師內文所述：「吾奉上帝勅命。救人度世。今觀近世以來。人情匈匈。陷溺紛紛。深可憐憫。我有〈醒心經〉一卷。久欲覺世。今當為汝等宣之」。是經義深慮遠，道宏教正，醇乎如孔、孟之言，蓋約聖賢經傳之旨而成篇。其言直出《感應篇》，《陰隲文》之上。可與《五經》[9]《四子書》相表裏[10]。

卷廿二：〈呂祖度厄救刦救苦滌氛四神咒〉。

解釋咒：咒者、祝也，祝之於神。以希默佑。又咒者。願也。所願從心。又名真言。謂其言之真實不虛。欲人堅心受持也。昔觀音大士白佛言。若人誦持〈大悲神咒〉。於現在生中。一切所求。若不果遂者。不得名為大悲心陀羅尼。今余於呂祖咒亦云：但辦誠心。罔不響應。

斯卷內含：〈太上說呂祖斗光度厄護命大神咒〉

〈太上勅演呂祖救刦證道經咒〉

及赦罪解厄拔苦四靈章：〈天微章第一〉 〈地真章第二〉

〈證仙章第三〉 〈體道章第四〉

卷廿三：〈雪過修真仙懺〉乃呂祖仙懺、世傳有兩本。一係原懺。一係「棲真觀」改演，前後懺文皆同。惟所稱聖號繁簡不一。是卷以「棲真觀」改本為正。

解釋懺：懺者何？悔也。人誰無過，惟在知悔而善補。故自古佛仙著懺法，使人依式誦禮。實遷善悔過之要典。特懺悔二字，世人每多忽略。不知「懺」以消其前愆，「悔」以滌其後慮。

❾《五經》：詩、書、禮、易、春秋。《四書》、《五經》皆儒家經籍。

❿相表裏：即內外互相配合。

呂祖師演〈拔濟苦海雪過修真仙懺〉，旨在度世愚，導知發露首雪，懺悔道前，夙生今世，隨願消除。一切凡夫，懺悔諸罪過，所造惡孽化為塵，如濁盡瀉復流清，如雲散去月即見，如雪化釋及消冰。故懺名為〈雪過修真仙懺〉。

卷廿四：

〈玉樞寶經〉。是經乃雷祖之所說。玉者、天地日月之精華，陰陽水火之結秀。潤而溫、寶而貴。歷萬載而不朽滅。斯經以玉樞為名者，乃天地之消息，陰陽之動靜。是經得呂祖讚，而深切著明。

卷廿五、廿六：

〈葫頭集〉乃呂祖顯化於燕山（今河北省和北京市北部）。由呂祖弟子止源搜集成書，並於清順治十八年辛丑（公元一六六一年）付梓行世。是書後由劉蔭誠搜得並選入全書。集中以風雅之體裁，發道德之宗趣，言文而旨遠，詞約而味長。又如〈白雲老人〉陳希夷[11]所云：「天地之大，大莫葫蘆，天地之理，盡在葫頭。葫頭之訣，揚而復幽，葫頭之韻，鏗而若流，葫頭之相，載沉載浮，龍馬會舞，逼以斗牛」。

卷廿七：

〈涵三雜詠〉乃呂祖降鸞「涵三宮」自康熙（壬午）（公元一七〇二）至乾隆（己未）（一七三九年）前後數十年臨壇覺世，訓示諸生，托諸吟詠，或論道、或誨人、或賦物題景，皆率興隨筆，而不為聲律之所縛，有流水行雲，初無定質之妙，彙輯成雜詠之文。

卷廿八：

〈涵三語錄[12]〉乃歷年以來，集黔中（貴州）及楚（湖北）兩地積經演典之訓，合為一卷。語錄不過日用之庸言，已盡精微之大道。呂祖閒於演經

之暇，偶論妙理，或尋章句，無非為世道人心計者。其中勉敦倫常、期修心性，即一言一字，盡足開悟本來，啟迪後學，誠濟世之津梁，渡人之梯筏。

卷廿九及三十：〈鍾呂修真傳道集〉。

此集乃呂祖問修真功夫要訣，〈正陽祖師〉漢鍾離⑬因述金丹大道口授呂祖。呂祖集成卷傳〈華陽真人〉施肩吾⑭然後得傳於世。全集分上、下兩卷。但當年問道，應尚有秘密口訣，不能筆之於書，所謂口口相傳不記文，今者皆不可得見矣。

〈鍾呂修真傳道集〉直指天人性命之旨，詳論天地造化、陰陽五行、煉丹修真還原證驗，誠修真道者研讀寶書。

〈鍾呂修真傳道集〉分上、下二卷：

⑪〈白雲道人〉陳希夷：（公元八七二至九八九年）主張以睡眠休養生息，常眠數日，人稱睡仙，精通易學、醫學、哲學，為紫微斗數的開山祖師。

⑫語錄：學者記錄其師之問答，片言隻字，不欲遺忘，以為學問之助。

⑬漢鍾離：八大仙之一。東漢時人，距今二千多年，為漢將軍。後遇〈東華帝君〉王玄甫授以赤符玉篆，大丹秘訣，修仙成道去。鍾祖為道教五祖之第二祖，號〈正陽帝君〉。鍾祖乃度引呂祖修真的第一位仙人。

⑭施肩吾：唐時人（公元七八〇至八六一年），元和十五年（公元八二〇年）登進士，未授官即告歸。遇呂祖授內煉金液還丹大道，號〈華陽真人〉。

上卷：論真仙第一　論大道第二　論天地第三　論日月第四　論四時第五
　　　論五行第六　論水火第七　論龍虎第八　論丹藥第九　論鉛汞第十
下卷：論抽添第十一　論河車第十二　論還丹第十三　論煉形第十四
　　　論朝元第十五　論內觀第十六　論魔難第十七　論證驗第十八

卷三十一：〈敲爻歌〉、〈沁園春〉，二章皆呂祖所著詩歌。
〈敲爻歌〉：爻者卦爻，乃陰陽交煉，動靜往來殺機之理。文義深奧，言句清切，金丹大道，三乘大法，十種還丹，悉備其中。由道人無瑕子錢道華註釋（時明正統八年）（公元一四四三年）。
〈沁園春〉：乃了性了命之歌，分別由二人註解：
（一）紫虛了真子述。
（二）林屋山人全陽子解。

卷三十二：〈呂祖及諸仙誥〉。
誥：諸天真宰列宿咸有誥，即「寶誥」。受誥仙真聖佛，誥文例由天帝頒告天、地、人三才，或述其功行，或稱願力，或叙生平出處，使人誦之曉然知仙真所由來，而生敬慕之心。但亦有助世之仙賢其不欲世人明其真跡者而拒受誥文。
斯卷列次聖仙誥文：

呂祖列詔
柳真君詔
葛天君詔
王仙師詔

卷三十三：〈靈寶畢法〉

《呂祖全書》原刻版本三十二卷，初原木版付梓於清乾隆七年（公元一七四二年）。而卷三十三乃緣於清光緒五年（公元一八七九年）由羅圓喆（囂囂子）募資重刊續於篇末共參。兩刊付梓年曆相隔一百三十七年。〈靈寶畢法〉、乃鍾離祖師昔日於終南山石壁間，獲收《靈寶經》三十卷，分上、中、下三部。

上部〈金誥書〉、乃元始天尊著。
中部〈玉書錄〉、乃元皇道君著。
下部〈真源義〉、乃太上老君著。

鍾離祖師撮（聚合）《靈寶經》之秘奧傳呂祖以度世。是經玄機奧旨，難以盡形，此經以八卦運十二時，其要在「艮」。三田（上中下丹田）反覆，要在泥丸。下手功夫，姑借咽氣漱液為喻。而真氣口訣，實在口傳心授。不在文字間也。然其語雖然隱而不發，其道則已躍如也。〈靈寶畢法〉妙理，可用入聖超凡，分上、中、下三卷，總而為三乘之法：（小乘、中乘、大乘）。

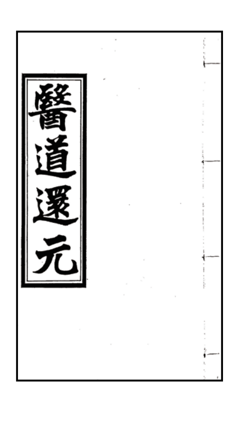
卷上：小乘安樂延年法（四門）：
匹配陰陽第一　聚散水火第二　交媾龍虎第三　燒丹煉藥第四
以上小乘四門，係「人仙」。

卷中：中乘長生不死法（三門）：
肘後飛金晶第五　玉液還丹第六　金液還丹第七
以上中乘三門，係「地仙」。

卷下：大乘超凡入聖法（三門）：
朝元煉氣第八　內觀交換第九　超脫分形第十
以上超凡入聖之訣，大乘三門係「天仙」。

《醫道還元》簡介

《醫道還元》，乃呂祖師於清光緒二十年（公元一八九四年）或以前降演之寶典。據呂祖師自序內文：



救世之本願未酬，時駕青鸞，度人之素懷欲白。適逢文、武二帝（即文昌帝君、關聖帝君），同在座中，談及至道不明，人心日流於穢濁，致本真喪而疾病夭傷，興言及此，皆為太息。因協奏上皇，降旨勅吾垂書，俾迷昧者得所信，從而學習。統君民，上下、老稚、智愚而皆宜，故特擇地於信宜❶焉。爰令法門弟子，秉木筆以侍傳，將吾所得醫身、醫心、醫性命之道，畢達於世。上皇名是書為《醫道還元》。

❶ 信宜：按猜信宜地理位置、應是今廣東省茂名市下轄縣級市。況《醫道還元》其初板藏粵東省城「善書總局」。

《醫道》寶書，參列聖序文可略知其要義：

太上道祖序：

考前代以來，未有如呂真（即呂祖）此書之詳明賅（音該、包括）括焉。淺而血脈、關竅、周身之伏根起始、及病態之變遷、治法之委曲，罔不露於紙上；深而大化五行，運轉生尅，亦賅管於行間。舉登真證佛之階梯，直從調和血脈，徐徐引進，漸而入於深微要之。大道無形，方能造就諸書。皆言：「丹還則轉老為少，百疾全消」。

如來佛祖序：

呂真是書，首透脈絡關津，百端病態，葯法千層。自首篇以迄終篇，實作仙作佛之門徑，了凡入聖之階梯。疾者讀之而愈，愚者讀之而慧生，智者讀之而凡骨即換。真可謂：「天人畢貫，三教統宗矣」。

關聖帝君序：

今觀呂真之書，言治身即丹玄之表，講治心實大道之裡，說到修性復命，自是先天無極、真源頭，而病之深淺，無不洞達；醫之玄妙，包括靡遺。

呂祖自序：

是書「言身」必究調理陰陽五行之源頭，「言心」必推本合天符地之要旨，「言

性命」必窮到無極真宗，使人得由淺入深，反尋原本。古經云：「無身不能成道」，故先治身、繼治心、終治性命，而統括之曰「醫」。人果不自滿假，不甘下流，由身及心，由心及性命，一一會通，又何疾病之不可已，又何患至道之不造其極耶？

全書內文分成九卷：

卷一：脈理奧旨總論及詳解。
卷二：症候源流總論及詳解。
卷三：葯法闡微總論及詳解。
卷四：天地心總論及詳解。
卷五：五氣心法總論及詳解。
卷六：無礙心印總論及詳解。
卷七：性命洞源總論及詳解。
卷八：修性復命總論及詳解。
卷九：真體圓成總論及詳解。
後附卷十〈呂祖奇症新方〉。

導讀一　創世紀／宇宙生成論

宇宙解義：上下四方謂之「宇」
　　　　　古往今來謂之「宙」

各宗教均有其創世紀論，綜言各說不一，但仍不離神創宇宙，造萬物。在這裡，我們試用道家經典及易經學說去探討一下宇宙生成之道。

在宇宙未開發以前，亦即所謂鴻濛（宇宙形成前的混沌狀態）未判，存在元始祖炁（粵音：氣），或稱「道炁」，「梵炁」，充塞在宇宙其間，許久沒有變化。所謂（靜極而後動），這股或這點元始祖炁，由靜而變化為動。參看《呂祖全書》卷二十九〈修真傳道論〉鍾祖答呂祖道文。

鍾祖，八大仙人之一，東漢時人，距今約壹仟八佰年左右，修真成仙去，後為度引呂祖之第一位仙人，即〈呂祖寶誥〉：黃粱夢覺，忘世上之功名。（鍾祖為道教五祖師之第二祖）。

呂祖叩問鍾師其於大道可得聞乎？

鍾祖曰：「道生一，一生二，二生三，三生萬物。」一為「體」，二為「用」，三為「造化」，體用不出於陰陽，造化皆因於交媾（即交合）。

上、中、下列為三才，天、地、人共得一道；一道生二氣，二氣生三才，三才生五行，五行生萬物。

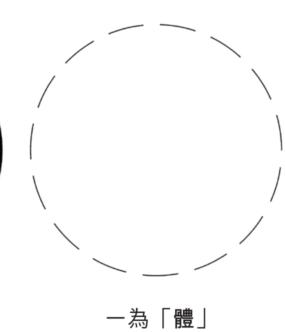
依據鍾祖大道之言，以下為宇宙氣化演變之過程：

第一階段：

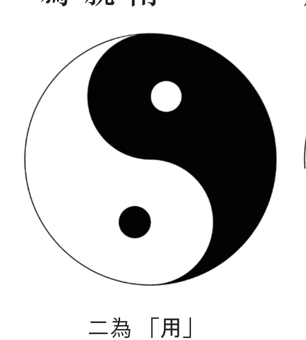
鍾祖曰：「道生一」：此（道）乃元始（元者、首也）之道炁，生化為首個道（體），內藏陰陽之氣，如圖：

鍾祖曰：「一生二」：元始炁體，由靜極而動，化生成為太極，中藏二儀，即陰與陽之元氣，如下圖：

至此道氣由一生二，即道書云：無極生太極，太極生兩儀（即一生二）。又如《太上道祖寶誥》：太極圖中，蓄就（乾坤）秘旨之義。由元始之炁，生化成兩儀陰陽之氣而為「用」。即：一為「體」，二為「用」。



一為「體」



二為「用」

第二階段：

經過第一階段之演變，道化造壹個為（體），另一個為（用），二者合而謂之曰道之「體用」。道書曰：兩儀生「四象」。

問：何謂「四象」？

答：四象由太極兩儀，即「陰陽」二氣互索（索取、討索）而成，即：太陽、太陰、少陽、少陰，合稱四象。



● 日為陽，月為陰
● 晝為陽，夜為陰

及後太陽之「精」（精、精華），化生成太陽（日）及太陰之「精」，化生成月亮（月）。而日月出生後默紀天地交合之度，日後助行生成萬物之功。

日月以「魂」、「魄」互相生索，即日變月魄，月受日魂，而精華往來，東西出沒，白晝黑夜，一月一交合，（日為陽，月為陰；即陰陽每月交合一次，月圓復缺、月缺復圓），調攝不失於升降之道，所以能與天地同存久，而不衰。

第三階段：三為「造化」，即互索交媾交合。

鍾祖曰：「二生三，三生萬物」：大道既判，天得乾道（天、陽也），輕清而在上。（即輕清之氣，浮於天上）。地得坤道（地、陰也），重濁而在下。（即重濁之陰氣，徐徐下沉至地及海洋地底下）。清、濁既分，繼之而陰陽互升降，互相交合相索，此乃宇宙萬物自然之推作。

問：天地如何交合互索？

答：天以行道，造化之理。天地互索為：以乾索坤（索，索取、討取）即天三交於地，索之過程：

一索而為「震」，或曰長男、長子，八卦為「雷」也。

再索而為「坎」，或曰中男、次子，八卦為「水」也。

三索而為「艮」，或曰少男、幼子，八卦為「山」也。

天三索地：

一索為震（雷）

再索為坎（水）

三索為艮（山）

造化之理：

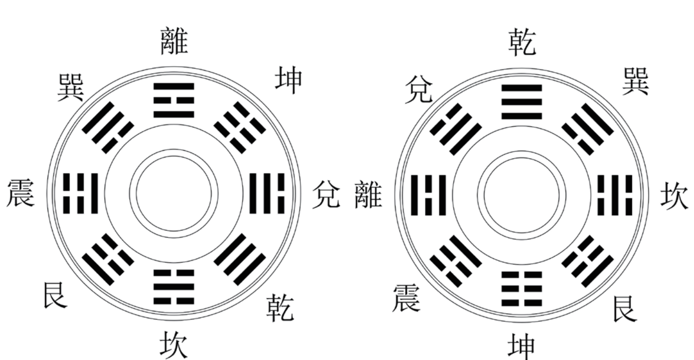
按對等同步造化，以坤索乾，即地三交於天，其索之過程：

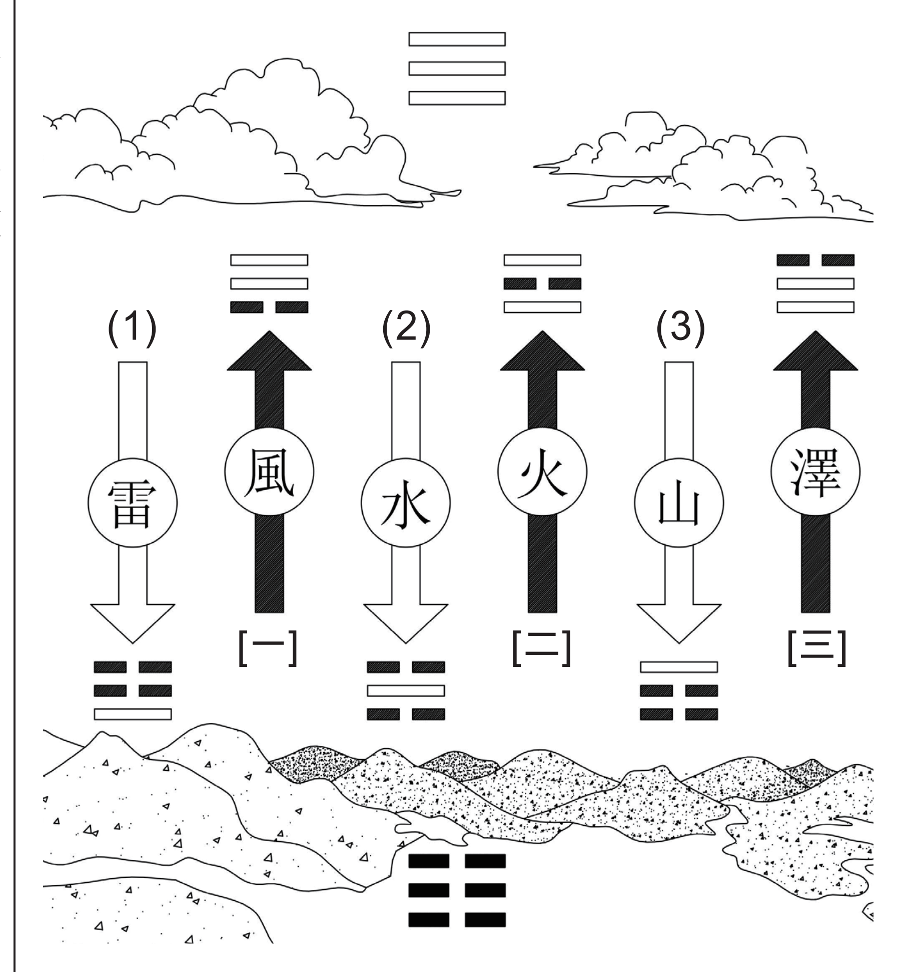
一索之而為「巽」，或曰（長女），八卦為「風」也。
再索之而為「离」，或曰（中女），八卦為「火」也。
三索之而為「兌」，或曰（少女），八卦為「澤」也。

地三索天：

一索為巽（風）
再索為离（火）
三索為兌（澤）

以上演變過程，天、地、陰、陽二氣經歷三次相交相索，先天八卦宮象及方位已確立形成。天地三次互索後演成六卦，即震「雷」、坎「水」、艮「山」、巽「風」、离「火」、兌「澤」，合同陰、陽（乾、坤或稱天、地）二氣，先後天八卦已形成如以下畫圖：



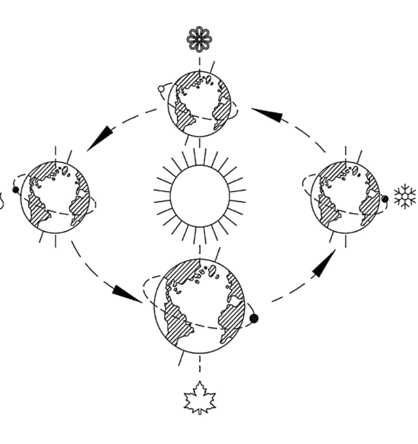


天三索地及地三索天圖解

1. 天一索地為震 - 雷
2. 天二索地為坎 - 水
3. 天三索地為艮 - 山

一. 地一索天為巽 - 風
二. 地二索天為离 - 火
三. 地三索天為兑 - 澤

- 天地歷三次互討索後，各自回位。



日為陽，月為陰

地球　公轉：一年一交合
地球　自轉：一日一交合

天地經歷三次互索後，天本純陽之氣，討索地後，陽藏真陰，而地本純陰之物，歷三次討索天後，陰中藏真陽。日後「真陽」「真陰」上升復降，周而復始，天地每歲升降交合壹次（四季有序），永恒不變，歷久不衰。至此大概已具孕育萬物生靈，生命之初機。

五行之氣：

天道以乾為體、陽為用，積（氣）在上。地道以坤為體、陰為用，積（水）在下。
天（乾）三次交地而萬物生，地（陰）三次交天而萬物成。
天地經過三次相互交索而生六氣，六氣交合而分五行。
六氣者：震「雷」、坎「水」、艮「山」、巽「風」、离「火」、兑「澤」。
六氣互相交合而分五行，五行相生相克而生于天地，演生過程如下：
始者（開始）：天積氣，地積水，氣、水相合後先衍生（木）
然後：木生火，火生土，土生金，金生水

又

五行互相克制：水克火，火克金，金克木，木克土，土克水

五行交合而生成天地萬物，概因日後生仙、生佛、生人均賴此五行之先後天條件而化造出來，如下列圖表：

先天五行之氣：〈金、木、水、火、土〉

孕育仙人具備條件	化造人與各主要動物條件（動物如牛、馬、羊、雞、鳥等）
金為肺（肺象）	金為肺（為形／質）
木為肝（肝象）	木為肝（為形／質）
水為腎（腎象）	水為腎（為形／質）
火為心（心象）	火為心（為形／質）
土為脾（脾象）	土為脾（為形／質）

問：為什麼仙為象，人物為形／為質？

答：蓋因天道判分陰陽二氣後，清輕之氣浮天而為「象」，重濁之氣下墮而為「地」，為有形有質之物。故先天為「無為之象」，後天成「有為形相」。先天成象，後天成形「有形自具有質」。故仙佛之體為「無形之象」。人與其它生物皆為「有形有質之體」。

又

五行日後各主一方，各主一時，如圖左：

五行名稱	主方位	主時/季候
金	西方	秋
木	東方	春
水	北方	冬
火	南方	夏
土	中央（黃帝，總指揮）	

宇宙/天地篇綜論：

天地陰陽二氣相交相索，至此演變過程已全部完成。既備天、地、日、月、八卦、五行之元素，復得年、月、日陰陽升降之交合，使有晝夜，四時（春、夏、秋、冬）之循環列序，周而復始，歷久不衰，奠定日後造化生人、生萬物的後天條件矣。

太上道祖（老子）《清靜經》云：

【大道無形，生育天地，大道無情，運行日月，大道無名，長養萬物，吾不知其名，強名曰「道」。】

由此而知，道祖所言之「道」乃無極道炁，化生萬物之源。在未有天與地、日與月

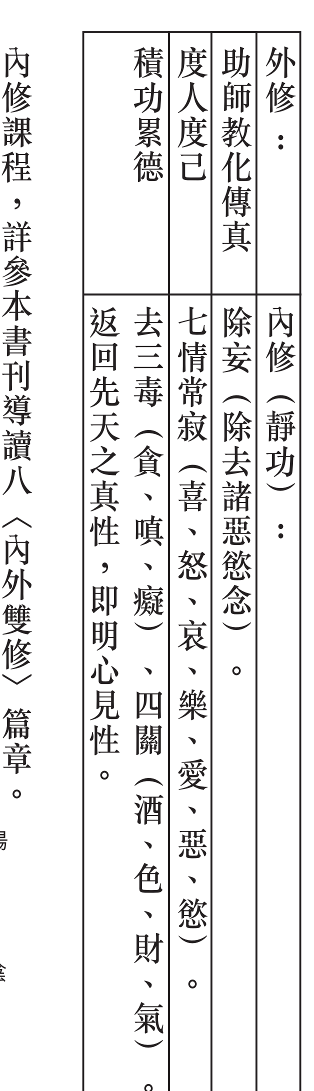
之前，稱為「先天無極」，即道祖曰「無名」或「無為之道」。既化生天地、日月運行其中，及後生育萬物，即為後天有形有質之物，故道祖勉強稱其名曰「道」，此為後天「有為之道」。

經書云：無極生太極，太極生兩儀，兩儀生四象，四象生八卦。由一而生二，二而生四，四而生八。天地化生之數，盡在此矣。

天地日月升降之道，奪天地造化之機，其至理恰如本書刊導讀八〈玄門外修篇〉第一章〈陰陽造化〉內文云：萬物之生長，取和合以得生，其生機有賴於陰陽配合而成育，獨陽不生，孤陰不長。日、月足以觀陰陽，晝、夜足以表陰陽、萬物之生長循環，莫不賴二者（即陰、陽）之調攝（即交合）也。

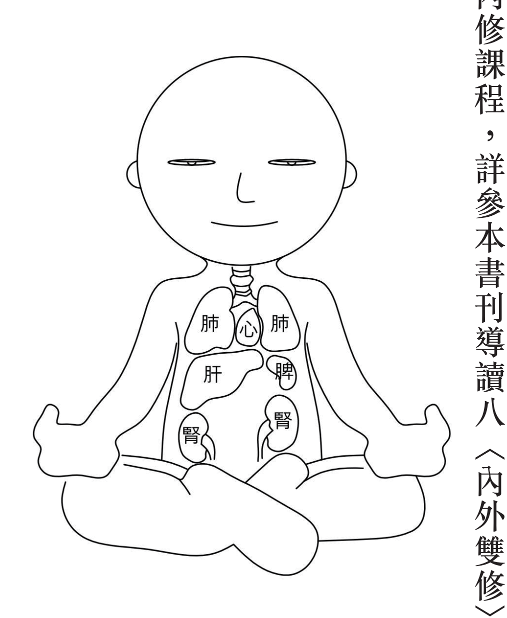
編者按：天上、地下、人間、陰陽之調攝，其理如一。失陰陽之調攝，則天恐墮，地自滅矣。修真道者，如能調攝自己身軀體內五行之氣（即心、肝、脾、肺、腎），以內體五行為一小天地，從心性煉起，靜坐除妄（即內修），煉至「三品」（精、氣、神）或曰「三清」合一，即言煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛，詳參後篇導讀八《太上道祖玄門內修篇章》，若能至此，則可由後天有為之形體返回先天無為之象或即道祖言「無為道」。修真者，除內修外，若能兼以外修之行，積功累德，度人度己，教化傳真，至此則功行三界，超越天地五行，重返先天無極而為仙，為真，為聖矣。呂祖度世，最高至大願望者，亦如是者而矣。

內外雙修圖解：



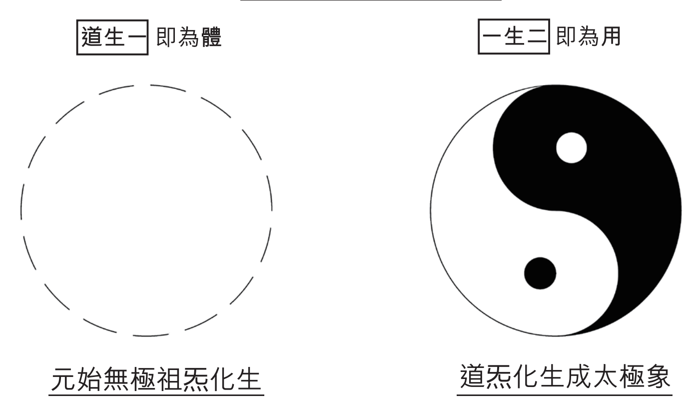
外修：	內修（靜功）：
助師教化傳真	除妄（除去諸惡慾念）。
度人度己	七情常寂（喜、怒、哀、樂、愛、惡、慾）。
積功累德	去三毒（貪、嗔、癡）、四關（酒、色、財、氣）。
	返回先天之真性，即明心見性。

內修課程，詳參本書刊導讀八〈內外雙修〉篇章。



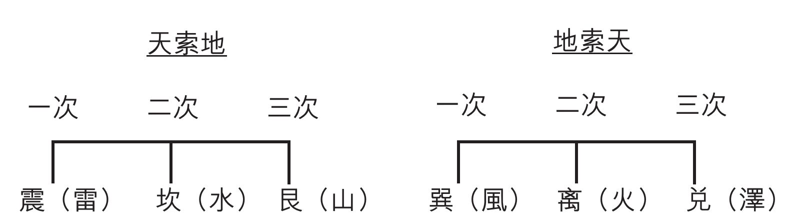
- 父母造化成人猶如天地三互索（世稱父母交會，或父精母血）
- 父「乾」即陽之真氣
  初索為震（肝）
  再索為坎（腎）
  三索為艮（膀胱）
  } 三索而生三陽
- 母「坤」即陰之真水
  初索為巽（膽）
  再索為離（心）
  三索為兑（肺）
  } 三索而生三陰
- 形象既備，數足離母（約九曆月）

宇宙萬物生成圖



- 太極生兩儀及分陰與陽
- 兩儀元氣生「四象」即：太陽、太陰、少陽、少陰。　《而》
  太陽之精化生成「日」，太陰之精化生成「月」。　《而》
- 陰陽二氣分成：天（乾）、地（坤）
- 天地互索三次（即二生三）而生成六氣：

二生三 造化，交媾/交合



- 以上六氣合乾（天）坤（地）二元氣組成八卦宮象　《而》
- 六氣再交合分成五行：
  始者天積氣，地積水。氣、水合生成：木

（木）生→（火）生→（土）生→（金）生→（水）

- 至此五行全而生成萬物，即：

三生萬物

導讀二一 論孕育元始仙佛／造人、造物

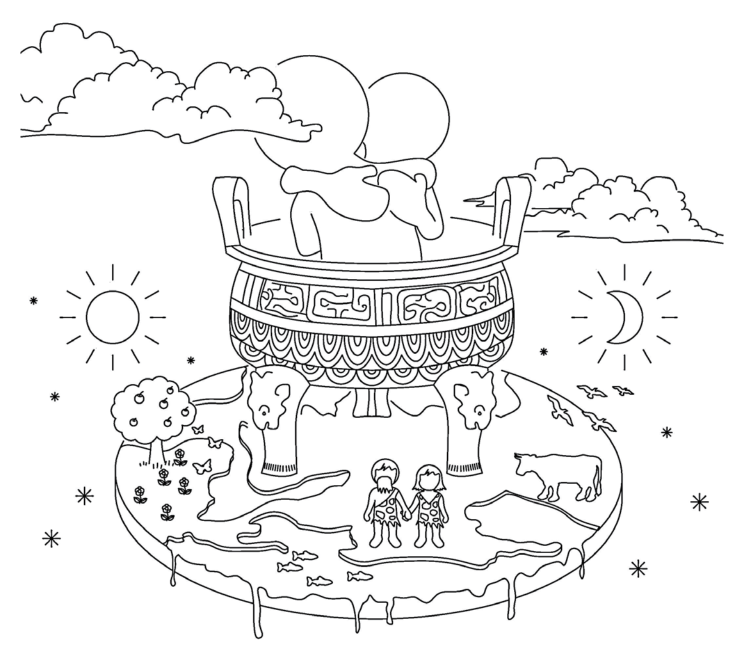
繼前章論陰陽二氣交合而生天地、日月，化生六氣、五行，確立八卦宮象。陰陽交合使天地升降、日月往來，周而復始，然後有晝夜之分。四時（春、夏、秋、冬）之序。宇宙演化至此，已俱備生仙、生人、生物之基本元素及條件了。

問：誰是〈無極聖母〉？

答：話說天地未闢，混沌未分，首先出有一位「大聖」，憑太空虛無之炁，主宰陰陽演變，這位天地大聖人，就是現今世人欽頌的〈無極聖母〉。從聖號而得知，這位「聖母」就是宇宙萬物生成之母。「聖母」主宰陰陽二炁（氣），生化成天地、日月、八卦、五行後，憑自身虛無之炁，分形分性，孕育出「五老」（又稱東方五老）。「五老」領受五行之元炁（氣）而生，即「金、木、水、火、土」各具一性，各居一方。東方曰「木公」，南方曰「赤精」，西方曰「金母」，北方曰「水精」，中央曰「黃老」。「五老」既出（生），當成為日後孕育其他仙聖，星宿（星君）及人地間眾人倫及各種生命物體的元始聖神。「五老」共稱「無極」為「聖母」。

問：天地孕育出「五老」後，又如何造化原人及其它生物？

答：「五老」仙人既出，五聖皆萬有餘歲，〈無極聖母〉因憐大地無人、無物，遂命



「五老」化造人倫。「五老」之一「黃老」（主土方位），選擇須彌山坳，即「佛經」傳說此山位在世界之中央，以山坳作洞穴，取該山坳之土為爐鼎，作為培育人倫工具。然後「五老」各自吹以真氣，（即五行：金、木、水、火、土之真氣），吹化成金液，化造成人身五臟器官，即：心（本自真火之氣），肝（木之氣），脾（土之氣），肺（金之氣），腎（水之氣）。至丹成之日，揭鼎視之，見中有二物合抱。一為陽象嬰兒（男童），一為姹女（女童），其餘氣散出爐鼎外，就化為禽獸，昆蟲，草木，孳乳繁滋（即滋生增益），人與各物遂生生不息。及後男女嬰兒棲身山谷，採日月精華，洞識陰陽之道，然後產出兩男，未幾又產二女，自是之後，生生不已，代代相傳，遂成為人倫之始祖。

以上「生仙」、「生人」、「生萬物」之源參考：

（一）《呂祖全書》卷二十九之修真傳道論

（二）《洞冥寶記》卷十第三十四回

導讀三　論人神之別

前章概述天地形成，簡括而論，天生神、地生人。人與神可說是分不開而共存於天地。

問：什麼是神？

答：〔無極聖母〕分形分性後，諸天各級仙聖神佛則應運而生。「神」存在共同意向及同一抱負於人：

- 維持天與地綱紀倫常。（即儒家精神，孔夫子及其賢子弟之德育教化）
- 教化眾生，導人向善立德，度己度人，性命雙修，此乃各大聖賢仙佛之抱負。
- 蕩妖除魔。（在任天皇、各帝君如遙臨帝君（即南嶽衡山驅邪大帝），北方玄天真武大帝（即北帝），雲龍祖師（即禮部天官等），及現世主宰中天之關聖帝君，各大天將、天兵等。

問：神如何分別於人？

答：神與人分別如以下十六個字

神 則 具 靈 而 無 軀 體

人 則 存 靈 而 有 軀 殼

此所指「無為」與「有為」之別。

問：神既無身軀，如何存於天地之間？

答：諸天仙聖神佛，分別在於先天分性之神與後天肉身成道之神：

先天諸神：

如由〔無極聖母〕分形分性之「五老」，前章曾論述。

天界各級星宿斗神，諸如〔先天斗姥天尊〕乃先天無極大梵祖炁所化而生，斗姥為北斗七星君及眾星宿之母。如關聖帝君夙世（前生）乃紫微宮裏朱衣神，協管〔文昌武曲星〕，降生於東漢桓帝延熹三年（公元一六〇年）。孔明（諸葛亮）降生於公元一八一年，前生為〔廣慧星〕。

諸大菩薩如太上道祖（降生於春秋時代距今約二千餘年）。羅漢佛諸如濟世聖佛（世稱濟公）（降生於宋代公元一一九三年）。又或觀世音菩薩，前生為古佛，願度坤眾（女眾），於唐代時（距今約千餘年），化法身為坤身（女兒身）降凡，化度羣愚。

後天肉身證道成聖諸神如：

鍾離祖師、呂祖先師、王重陽祖師、劉海蟾帝君、邱長春祖師 等等。

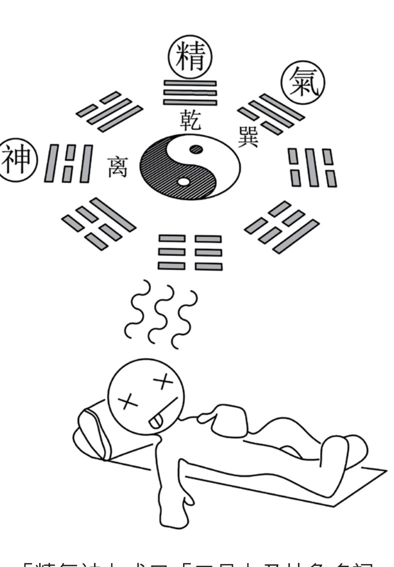
「神」之闡釋：

父母交合而生人（即父精母血出），人生之初，均具「三品」或曰「三清」，此即「精、氣、神」。三品分別附於人體，「神」在人身之中央，「精」在

左，「氣」在右。其功能為：

　　神為人身之主，氣為人身之活，精乃人身之靈。

三者缺一，其命即絕。常人壽緣既盡，神先出、氣即絕、精始散。三者既散，永無復合。三者亦先後而離，「精」還於「乾」（即八卦之乾宮），「氣」回於「巽」（即八卦之巽宮），「神」返於「离」（即八卦之离宮），是謂三回初服。人之一生一滅，一來一去，來時不見，去時不覺，此人道之道也。



註：「精氣神」或曰「三品」乃抽象名詞，即看不見，摸不著的先天元炁，凡人出生均具，不分人種、性別。精氣神源自先天八卦元炁。常人滅後，精還「乾」，氣回「巽」，神返「离」宮，永不復合，是謂「三回初服」。

問：人如何於在世時，修煉為「神」？

答：人生既附「三品」即精、氣、神於身（參本書刊導讀七修真圖一、二、三號穴），倘在世時能煅煉「三品」，習內修之法，漸遠六欲（聲、色、香、味、觸、法）七情（喜、怒、哀、樂、愛、惡、欲），却三毒（貪、嗔、癡），去四關（酒、色、財、氣），以清靜為主，次為氣血聚散，又次為「三品」之結，至七竅相通，使魂魄聚而為一，結於黃庭，出入丹田，通泥丸（修真圖六、七、八號穴）而活動於虛無縹渺之間者，如是則「神」出入自如，入化出神，超凡入聖。即道家內修法至高境界：「煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛」。

問：什麼是**魂魄**？與「三品」有分別嗎？

答：人有魂魄，魂者、屬於先天，魄者、屬於後天。人之生也，魄先結於胎，魂附之於後。人之死也，魂先離去，魄始腐壞，如是則魂魄相離，六神無主。是故人之入世也，賴魄以存形；人之出世也，憑精以無形。魂者、魂魄之謂。精者、「三品」之謂。所以，人有「形」，因附有魂魄。仙、佛則無形「精」也。倘在世時從內修煉至魂魄堅定，兩者（魂與魄）聚而為一，結於黃庭，出入丹田（即精氣神之府），貫泥丸（即上丹田，近人頭頂）久之則三品漸合一矣。精與氣者：神來而生（陽世人），遊魂者：魄降（肉身腐爛）而死或即陰魂，鬼魂。

問：「三品」合一後，即成為「神」乎？「神」如何出入人間而不滅者？

答：倘煉成「三品」合一，若煆煉湛深，此三者更能入石，亦能飛形，能入水而不溺，入火而不焚，此之謂「神」，此之謂「仙聖」。世人不覺，不明其真理，便以為鬼神之說，倘明此玄理，見怪不怪也。

問：「三品」合一之理，即為仙神，倘未完全明白其中道理，可否試舉例以說明之？

答：舉例「火燒水之道理」。今以一壺水，放置火爐上燒，當水燒至沸之時（即約燒至九十八至一百度水温），蒸氣上昇，蒸氣遇冷又成為水，此理譬如一內修者：「氣」乃水之精英，水本不能上昇者，但經火之煆煉（內丹爐火升



蒸氣乃水之精英，比喻「精、氣」化神還虛之道。即煉心性，「精氣神」結合，真靈現。即明心見性，如人間陸地神仙。

降上下運行），便化為氣，氣在虛無縹渺之間，正如人之皮囊雖脫（已死、肉身腐壞），而其精神仍在天地間也。其理至顯至明。如圖（此圖解釋：煉精化氣、煉氣化神、煉神還虛之道）。蒸氣乃水之精英（喻精、氣、神化成蒸氣）三品倘修煉成一塊，即成「真靈」或曰「神」，神能入石、入水不溺、神能飛形、入火不焚。

問：「神」會生病嗎？

答：「神」無肉身軀，不受天地五行六氣所感。

即：

陰、陽、風、雨、晦、明（天之六氣）

風、熱、濕、火、燥、寒（大地四時入侵人體之六氣）

「神」無軀體，故「神」無疾病之侵，人有疾病必因體內五行失調所致（即中醫學理謂陰陽失調）。

問：既通神理，「神」有等級別之分嗎？

答：「神」固分等級，有高、中、下之別，例如：

諸天上世人知曉之佛道菩薩、如太上道祖、如來佛祖、孔聖先師、呂祖、關聖帝君、觀世音、濟世聖佛等列聖，其位至尊至崇。

諸天真仙、真聖，如全真門南北合十四位真仙（然邱長春祖師現今已晉升為〔成化天尊〕協理「玉清虛宮」輔助呂祖，已位列仙聖矣）。玄門（道教）福德神祇首神、陸雨松真仙等等，其位次之。

天、地、人三才之神祇（即天神、地神、人神），諸如天曹、各級省、都、縣城

隍，功曹、通判、各級文武護法、主薄、文書、土地、福德正神、冥神（地府）等其位較次之。

問：已略知仙佛聖神之級別，而「神」之靈有大小分別否？

答：「神」各有靈光，所不同者，靈光之大小耳。譬如：

佛道之光、靈感最足

真仙真聖、靈則次之

凡靈光可照萬物，可祛邪魔，可蔭一切眾生，可知未來，可鑒過去，雖一小神祇（如土地福神）亦具此靈光，惟道力不大，近者（即近期）預測、指引，則靈驗而已。

問：神是否永遠存在天地而不滅？

答：聖賢仙佛、大羅金仙、諸大菩薩、真仙、真君、真人，一般皆已修為至金剛不壞之身，或已離六道輪迴之境，可永久與天地共存。

間有仙真，時易姓名，因時降世，分性下凡，維持聖道，挽救狂瀾，功成後返回天闕復位。諸如：觀世音、濟世聖佛、關聖帝君、六祖慧能禪師等

亦間有仙真，偶因犯過，遭貶謫人間，化行妙道，帶罪立功，壽盡回天證位或復位。

至於「未」入真格[1]之神祇，諸如：天曹、吏使、城隍、文書、主薄、護法、土地、福德正神，又如橋河道路、山水等神、地冥（地府）諸神如日/夜遊神、陰差官吏、

[1] 真格：真格者，修為至虛或修行至三品合一，或在人世間行教化傳真工作而具莫大功勳者，如敕封真人、真君等，羽化後位證高於神道者。

判官、獄吏、鬼卒等。
因此級各神祇，其性靈及智慧未如真人、真仙、真聖般達至善之境，倘在任職公差期間，未有機緣立特殊功績者，例應五佰載又一轉輪，倘在職期間失職，又是人道轉輪，生生不息，循環不已。但三才之神祇倘在職時能積功滿德，亦可格於仙真離輪迴而入仙域。

問：三才（天、地、人）神道之道，已明其理矣，為神職者，是否有俸祿？

答：三才之神，除定時工作外，休息有定時，宴會有期，放假有期，領受薪俸（工錢）有期，若有特殊功績，另特派發「三界通寶」以勵來者。天、地如人間般均具日常應用物品，領薪俸用作購日常食品、茶、酒、素菓及各項衣履鞋襪等之用。而「三界通寶」，猶如人間獎賞錢。
為「神道」者，三才之神（即天神、地神、人神）雖次於仙佛，但以功德而論，可稱德而無量也。神立功積勳而格於仙佛者，比比皆是。故為神祇，勿餒其性而自棄，則是亦無量也。

結論：為仙為聖為佛者，固不容易，必須內外雙修至善境，方可達至。倘修真者只重內修而忽略外修，雖煉至三品合一，亦只一「性」矣。天庭無位，仙神見之，若不相識，所得者一點真靈而矣，最終者，淪為「阿修羅」之道❷。為神祇者，亦不易為，能達之者，好自珍惜。

神祇：鴻圖慧智　立於至善　持正不柯　正直無私
內修：習靜除妄　去六欲七情　祛四關　避三毒
外修：立善積德　修身澄心　度已度人　傳經教化

呂日如天尊（穆正天尊）、玄門總監察仙曾示修真十二字：

德、善、勳、功

鍛、煉、修、行

妙、玄、真、諦

此十二字，以為一真，倘缺其一，非真之道。此十二字，字字珠璣（如珍珠之寶貴）。有志修真道者，依從呂天尊指引，蓋興乎來？

❷ 阿修羅道：阿修羅景況，請參閱導讀五〈論地獄〉之「四生六道」。

導讀四　論天界

問：天界（即神仙辦事及居住的地方）是怎樣形成的？

答：前章導讀一論天地形成，大概已明白其由來矣。天、地既分，輕清靈秀之氣浮於天而成為「象」。重濁土壤下沉託質於地而成「形」。由此推論，天上人間，其理如一。

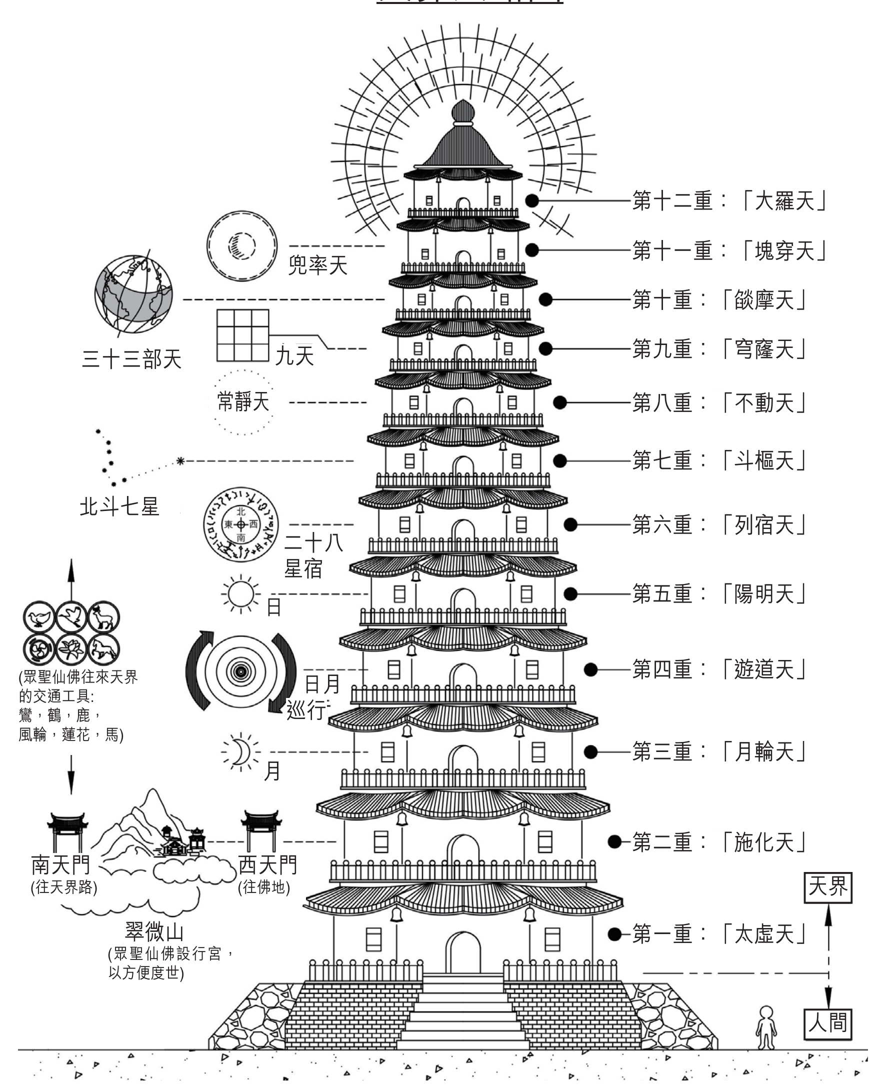
問：既知天界如同人間世，那麼天上各物與人世間是否相同？

答：天界上各種物象均由先天氣化而成，一般與人間品彙大致相同，如天界有：

- 山河、大海、五金、八石、土壤、琉璃等物。
- 有耕地即天田、四時花木、瑞菌靈芝等。
- 有珍禽異獸、黍米稻粱、麻棉布帛等。
- 素果如：梅、桃、李、杏、梨、荔、佛手、龍糕、鳳餅等。
- 席筵侑（輔助）觴之玉液琼漿（美酒）、茗茶及霓裳羽衣仙樂。
- 各級仙宮、金闕、寶殿、寢室，一應俱全。

以上各種日需物品，包括衣履鞋襪等均供各仙府諸仙聖神所需備用，而美酒仙樂則供仙家筵宴慶典時之用。

天界大略圖



在天成象，在地成形，土壤重濁，託質於地，而靈秀之氣，上應於天，故天有是「象」（即「氣象萬千含太極」之謂）、地有是「形」。仙神居處，乃先天氣象之位，而俗世人所居處，乃後天地之形（質）。故神則具靈而無軀體（象也），人則存靈而有軀殼（形也）。

編者按：無極聖母於辛亥年（1971年）頒令呂祖進駐「上清宮」主理道教仙聖事宜，但仍兼理「玉清虛宮」事務（人地事宜），呂祖為二宮主人，「上清宮」位在「穹窿天」之上 （詳參本書刊〈呂祖簡介〉）。

問：既知天界俱備人間世一般應用物品，那麼天界各級仙佛、聖賢、神祇又分別居於何界？

答：天有十二重，現將十二重自下數起：

第一重日：「太虛天」

下附於地，（即附着地面），一望渺茫。此層天上，即社稷土穀等神祇之辦事處及住居地。即如世人所知之城隍、土地神等。

- 解釋城隍之義：城隍乃掌管城市人地之神兼管領死人亡魂等事。以中國為例，各省、各都市、各縣均設有城隍之職。當中以省城隍為大，都（市）城隍次之，縣城隍則管理一縣之人地事宜。
- 香港則屬深圳寶安縣縣城隍管轄。
- 又各級神祇如同今日之公務員，其上各有司屬管轄。各級神祇如土地、福德神等職責繁重，不斷秉公服務，難有度世之力。惟神職雖小，但仍具一



一般眾生日行各事，其查察之責，乃屬日夜遊神，既得記錄，匯報城隍而去。參《玄音》陸真仙示（一九八三年二月初二日）

定之靈光。

第二重曰：「施化天」

風雨雷電、雲霧霜雪，經行降結其間者。即人間稱風雲雷雨、霜降霧雪。

第三重曰：「月輪天」

又名「水精天」，蓋月本水精之氣，所積而成。此天界設置「廣寒宮」。宮中主人為唐堯帝時神射手羿之妻子姮娥，距今約四千四百餘年或以前，後證「太陰皇后」授命管轄。

問：月宮工作若何？

答：皇后鎮位「月宮」，職司陰德，助太陽而運行大化，剛柔相濟，水火相生，晝夜循環，借日光以為光，而盈虛圓缺（即月滿後又缺），常守定期。

「月宮」內設「織錦宮」，姮娥管治宮女機杼織紡布帛，以供各神仙府之用。

又「月宮」設有「霓裳宮」，宮女演習樂曲，以備上聖仙真，宴筵侑酒（輔助）之用。

唐代皇帝（唐明皇，李隆基距今約壹仟叁佰年前左右）召民間術士葉法善於八月中秋夜攝唐明皇之魂上遊月宮，始得聆（即聽聞）霓裳羽衣之曲，回人間後，唐明皇倫傳霓裳曲本於世。歷代騷人墨客（詩人）多用此事作詩歌而傳頌於世。

編者按：月宮非一般世人看見之月球，既因人類眼見之月球乃太陰之精，氣化後凝聚演變為有形有質之物，如天地氣化後，地球演變為一個有形體之物質相同。

第四重日：「遊道天」

此天乃日月巡行，四時交替，故曰「遊道天」。

第五重日：「陽明天」

日月本東行，日乃太陽精之積火，故內朗而通體皆明，此天又名「火星天」，亦即「日宮」扶桑大帝或稱太陽帝君所主轄之天宮。

問：誰人是扶桑大帝？

答：大帝乃生於黃帝時（距今約四千多年或以前），至唐堯皇帝時見帝根器不凡，乃一高大奇偉男子，善射弓箭，百發百中，箭能御風飛騰，唐堯帝深愛重之，賜名曰「羿」。鴻濛初闢，即有日也、逮至唐堯之世即新石器時代，為堯帝統治，天下太平。適其時十日並出，大地如焚（火燒），焦乾禾穀，民不聊生。羿挾弓探視，見三峰（三個山之頂）有九烏，皆向東噴焱（火花），增出九輪（九個太陽，因太陽如輪狀）。此九輪與太陽相混，地赤熱如洪爐，羿連發九矢（九箭）皆中烏頸，九輪妖日，立化赤雲飛散（此乃九頭大魔火烏），只留一輪，獨麗中天，即今之太陽也。羿立大功，羽化（飛昇）後位證「日宮」，勅封為〔扶桑大帝太陽帝君〕。

問：什麼是扶桑？

答：「日宮」位在天之東極，因太陽從東方昇起，在此日宮中，植有數十萬株大樹，粗

若車輪，高逾萬尺，樹身連理交柯（即樹兩面同根偶生），更互相合抱依倚，其葉狀似桑葉，是為名「扶桑」。

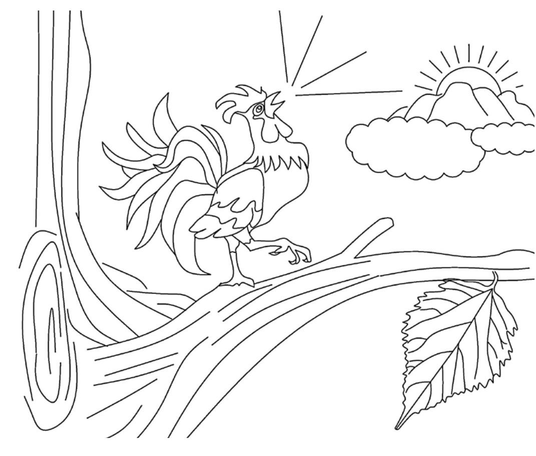
問：「日宮」工作若何？

答：民之生也，無水火不生活，太陽（日）為「火之精」，太陰（月）為「水之精」，世人日用飲食，固一刻不可離，太陽也。概因太陽放射熱力至海面，產生雲氣，下降地面為水，民所為用。扶桑大帝司（掌管）陽德（即日行之大德）鎮位「日宮」，天地之運行，萬物之化育，皆歸大帝之功德。

問：世傳「碧樹一聲天地曉」是指什麼？

答：「日宮」有株至高至大扶桑樹，或稱「神木」。每當日將出東方之時，在神木枝上，有一「大雄雞」，高約十多尺，健羽（豐羽毛），具三趾，深紅赤色，赳赳然棲於枝上，發生喔喔之聲，儼若洪鐘，震動天地，然後一輪紅日，若圓球然，一湧而上，每天東升一次，生生不息，循環不已。此即世傳日中之「金烏」也。天地造化之功，偉哉大矣。

●**傳聞正誤：**世稱后羿妻，奔月宮而為嫦娥，此謬之至，因夏（夏代，距今約三仟八百年或以前）之后羿善射（精於弓箭），古時偷襲古人之名以名之。（偷用「日宮」扶桑大帝之羿名）。后羿乃篡弒之徒（即



欺君犯上之人，后羿推翻其君主夏太康自立稱王），其妻豈能飛昇月宮乎？世人應察。

- 天雞，天下雄雞，自古迄今，鳴聲報曉，時花果木，四季依時有序，開花結果，兩者均守「信」無差。世人若輕易「失信」，則不如天雞、雄雞及時花之「守信」德。儒教八德：「孝、悌、忠、信、禮、義、廉、恥」。
- 又「日宮」非人間世所見之太陽，概因「日宮」乃氣化之象，位在「陽明天」，管轄太陽日常運作而設之宮。

第六重曰：「列宿天」

萬物之精，上為星象，星之為言精也（即生成萬物的靈氣），陽之榮也。由此而知，星君、星宿，乃先天萬物之精所化而成，而各星宿主宰之神，均與人間世之福祿、災禍、壽夭有莫大關係。

此天皆依二十八星宿所屬（連接），故曰「列宿天」。二十八宿，每宿俱有其星宿之名號而位據天上四方即：

（東、南、西、北）。統而言之，每一方位列七宿：

東方稱「蒼龍」七宿
南方稱「朱雀」七宿
西方稱「白虎」七宿
北方稱「玄武」七宿
以上四方共二十八星宿

第七重曰：「斗樞天」

「斗樞」為六重天（北方玄武七宿星）排聚成斗形狀，故又名北斗星。

問：「斗樞」之義是什麼？

答：樞者：樞紐、中心、轉軸。

北斗七星依次序排列各名號為：

（一）天樞－樞為天。（二）天璇－璇為地。

（三）天璣－璣為人。（四）天權－權為時。

（五）玉衡－衡為音。（六）開陽－律為陽。

（七）搖光－搖光為星。

其排列次序如圖畫北斗七星圖：

北極星
天樞（一）
天璇（二）
天璣（三）
天權（四）
玉衡（五）
開陽（六）
搖光（七）

● 七星排列如斗或斗柄形狀，乃天之樞紐（中心），或（軸），端居此天，其餘各列星宿，包括：太陽、月亮，均依北斗之斗柄而轉動旋運，故七重天又曰「宗動天」，即言諸天皆歸向七重天北斗之斗柄而轉動。

● 由此而知，北斗乃掌管天上宇宙各星球之運轉權，如車輪之車軸，帶動車輪運轉行走。

問：為什麼世人多朝北斗以增福添壽？

答：北斗七星主宰天地運轉，固其功德乃分陰陽（晝、夜），建立四時（春、夏、秋、

冬），平均調節五行。春屬木、夏屬火、秋屬金、冬屬水、中央屬土，或稱黃帝。移節度（中國曆法，根據太陽在黃道上的位置，把一年劃分成二十四個節氣，如立春、立夏、立秋、立冬，每季日子中共分成六個節氣）。

・北斗統領諸天各星宿運行而定年、月、日、星辰、曆數，出行方位等，與人間有密切相關，故民間奉道者拜禮〔北斗七元星君〕，奉為消災解厄、保命延生（延壽），所用科儀朝拜之聖神。

問：誰是〔斗姥〕？

答：「斗姥」或稱「斗姆」，乃先天無極大梵祖炁所化而生，「斗姥」乃龍漢祖劫❸天竺國人，所說梵咒與佛國同，俱屬梵音梵字。在佛經謂之〔摩利支天菩薩〕，在道經謂之「斗姥」。斗姥乃南極天皇，北極紫微並北斗七元之母，又謂之「佛母」。斗姥法像云：四頭八臂，中天人相。

問：既知星君、星宿神乃先天萬物之精所化而成，那麼世人所認知之「六十甲子太歲神」與人間世有什麼關係？

答：道教六十位星宿神，又稱「太歲神」，每位神名都是十天干（甲乙丙丁戊己庚辛壬癸）和十二地支（子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥）循環相配而得。甲居十干之首，子居十二支之首，干支順序相配，由甲子起、至癸亥止，滿六十為一周，故名六十甲子。六十位太歲神，由道分身，分別化生降臨於各個歷史時期，他們在人間力行忠孝、護國利民為己任，或以清正廉潔，勤政愛民為表率，或以行善積德，或以堅持操守、隱逸終生為志趣。

六十位太歲神，降生年曆分別為：

降生年曆	距今約	當代降生太歲尊神人數
春秋戰國	2660年	1
漢	1900	2
三國	1750	1
東晉	1650	1
北魏	1550	1
隋	1430	1
唐	1100—1300	4
五代十國	1080	1
宋	780—1030	14
金	900	1
元	650—700	7
明	400—640	26
歷十二個朝代		共60人

❸ 天地之數有五劫，即龍漢，赤明，上皇，開皇，延康。「龍漢」為始劫，經五劫，天地乃開。

問：既知六十太歲神降生人間，那麼太歲神與世人有著什麼密切關係？

答：六十甲子太歲神，出於北斗諸星君，隨天干地支循環往復，主管着個體生命的年歲運勢。每個人的出生年，稱為本命元辰。每個人出世，面對二位太歲神。一位是「本命太歲」，就是出生之年的太歲，例如：生於辛亥年（1971 年）的人，他（她）的命太歲就是辛亥太歲「葉堅大將軍」。另一位是「值年太歲」，例如：2016 年是丙申年，值年太歲就是丙申太歲「管仲大將軍」。

問：為何世人愛拜太歲？

答：太歲神是年歲之神，道教經籍中說：太歲主管人的一生吉凶福禍，人的每一年的健康或疾病，運氣的順當或不利，也都是由太歲神處理的。因此，拜太歲就是為了祈求太歲神護佑自身身體的健康平安和流年的吉利。一般拜太歲都安排在農曆春節的日子裡，因歲首是全年的開始。

問：什麼是犯太歲？

答：太歲神並不是一位專門懲罰人的神靈而是一個主管人的吉凶禍福的神靈，因此，人的吉凶福禍並非是因為觸犯了太歲神的結果，而是人的先天的命運和後天行為共同造做的。



「斗姥」法像

問：什麼是十二生肖？

答：古時的術數家拿十二種動物來配十二地支，即：

子鼠　午馬
丑牛　未羊
寅虎　申猴
卯兔　酉雞
辰龍　戌狗
巳蛇　亥豬

後以為人生在某年就肖某物，如子年肖「鼠」，申年肖「猴」，稱為十二生肖。

編者按：道教《西升經》說：「我命在我，不屬天地，只要我們行善積德，努力奮鬥，主管流年的太歲神自然清楚明白，在冥冥之中自然會護佑我們。」



1. 甲子太歲 金辨 大將軍
2. 乙丑太歲 陳材 大將軍
3. 丙寅太歲 耿章 大將軍
4. 丁卯太歲 沈興 大將軍
5. 戊辰太歲 趙達 大將軍
6. 己巳太歲 郭燦 大將軍
7. 庚午太歲 王濟 大將軍
8. 辛未太歲 李素 大將軍
9. 壬申太歲 劉旺 大將軍
10. 癸酉太歲 康志 大將軍
11. 甲戌太歲 施廣 大將軍
12. 乙亥太歲 任保 大將軍
13. 丙子太歲 郭嘉 大將軍
14. 丁丑太歲 汪文 大將軍
15. 戊寅太歲 魯先 大將軍
16. 己卯太歲 龍仲 大將軍
17. 庚辰太歲 董德 大將軍
18. 辛巳太歲 鄭但 大將軍
19. 壬午太歲 陸明 大將軍
20. 癸未太歲 魏仁 大將軍
21. 甲申太歲 方杰 大將軍
22. 乙酉太歲 蔣崇 大將軍
23. 丙戌太歲 白敏 大將軍
24. 丁亥太歲 封濟 大將軍
25. 戊子太歲 鄒鏜 大將軍
26. 己丑太歲 傅佑 大將軍
27. 庚寅太歲 鄔桓 大將軍
28. 辛卯太歲 范寧 大將軍
29. 壬辰太歲 彭泰 大將軍
30. 癸巳太歲 徐單 大將軍



31. 甲午太歲 章詞 大將軍
32. 乙未太歲 楊仙 大將軍
33. 丙申太歲 管仲 大將軍
34. 丁酉太歲 唐杰 大將軍
35. 戊戌太歲 姜武 大將軍
36. 己亥太歲 謝太 大將軍
37. 庚子太歲 盧祕 大將軍
38. 辛丑太歲 楊信 大將軍
39. 壬寅太歲 賀諤 大將軍
40. 癸卯太歲 皮時 大將軍
41. 甲辰太歲 李誠 大將軍
42. 乙巳太歲 吳遂 大將軍
43. 丙午太歲 文哲 大將軍
44. 丁未太歲 繆丙 大將軍
45. 戊申太歲 徐浩 大將軍
46. 己酉太歲 程寶 大將軍
47. 庚戌太歲 倪祕 大將軍
48. 辛亥太歲 葉堅 大將軍
49. 壬子太歲 丘德 大將軍
50. 癸丑太歲 朱得 大將軍
51. 甲寅太歲 張朝 大將軍
52. 乙卯太歲 萬清 大將軍
53. 丙辰太歲 辛亞 大將軍
54. 丁巳太歲 楊彥 大將軍
55. 戊午太歲 黎卿 大將軍
56. 己未太歲 傅黨 大將軍
57. 庚申太歲 毛梓 大將軍
58. 辛酉太歲 石政 大將軍
59. 壬戌太歲 洪充 大將軍
60. 癸亥太歲 虞程 大將軍

六十太歲與十二生肖對配圖

干支	公 元	屬相	干支	公 元	屬相
甲午	2014 / 1954 / 1894	馬	甲子	2044 / 1984 / 1924	鼠
乙未	2015 / 1955 / 1895	羊	乙丑	2045 / 1985 / 1925	牛
丙申	2016 / 1956 / 1896	猴	丙寅	2046 / 1986 / 1926	虎
丁酉	2017 / 1957 / 1897	雞	丁卯	2047 / 1987 / 1927	兔
戊戌	2018 / 1958 / 1898	狗	戊辰	2048 / 1988 / 1928	龍
己亥	2019 / 1959 / 1899	豬	己巳	2049 / 1989 / 1929	蛇
庚子	2020 / 1960 / 1900	鼠	庚午	2050 / 1990 / 1930	馬
辛丑	2021 / 1961 / 1901	牛	辛未	2051 / 1991 / 1931	羊
壬寅	2022 / 1962 / 1902	虎	壬申	2052 / 1992 / 1932	猴
癸卯	2023 / 1963 / 1903	兔	癸酉	2053 / 1993 / 1933	雞
甲辰	2024 / 1964 / 1904	龍	甲戌	2054 / 1994 / 1934	狗
乙巳	2025 / 1965 / 1905	蛇	乙亥	2055 / 1995 / 1935	豬
丙午	2026 / 1966 / 1906	馬	丙子	2056 / 1996 / 1936	鼠
丁未	2027 / 1967 / 1907	羊	丁丑	2057 / 1997 / 1937	牛
戊申	2028 / 1968 / 1908	猴	戊寅	2058 / 1998 / 1938	虎
己酉	2029 / 1969 / 1909	雞	己卯	2059 / 1999 / 1939	兔
庚戌	2030 / 1970 / 1910	狗	庚辰	2060 / 2000 / 1940	龍
辛亥	2031 / 1971 / 1911	豬	辛巳	2061 / 2001 / 1941	蛇
壬子	2032 / 1972 / 1912	鼠	壬午	2062 / 2002 / 1942	馬
癸丑	2033 / 1973 / 1913	牛	癸未	2063 / 2003 / 1943	羊
甲寅	2034 / 1974 / 1914	虎	甲申	2064 / 2004 / 1944	猴
乙卯	2035 / 1975 / 1915	兔	乙酉	2065 / 2005 / 1945	雞
丙辰	2036 / 1976 / 1916	龍	丙戌	2066 / 2006 / 1946	狗
丁巳	2037 / 1977 / 1917	蛇	丁亥	2067 / 2007 / 1947	豬
戊午	2038 / 1978 / 1918	馬	戊子	2068 / 2008 / 1948	鼠
己未	2039 / 1979 / 1919	羊	己丑	2069 / 2009 / 1949	牛
庚申	2040 / 1980 / 1920	猴	庚寅	2070 / 2010 / 1950	虎
辛酉	2041 / 1981 / 1921	雞	辛卯	2071 / 2011 / 1951	兔
壬戌	2042 / 1982 / 1922	狗	壬辰	2072 / 2012 / 1952	龍
癸亥	2043 / 1983 / 1923	豬	癸巳	2073 / 2013 / 1953	蛇

第八重曰：「不動天」

天與日月，行動皆有常度，不疾不徐（不急速、不緩慢），晝夜循環，分為四時，皆隨第七重天北斗星之斗柄迴旋，至此第八重天，如斗樞不動，凝靜完固又曰：「常靜天」。

問：為什麼不動而常靜？

答：萬物之理，虛極而轉實也。

問：「不動天」作用為何？

答：由此天而上各諸天，即第九至十二重天皆常靜而不動，仙神行走其上，皆步履（行走）如平地矣。

民間供奉文昌帝君乃掌管人間功名祿位事，即居此天。

第九重曰：「穹窿天」

此重天內分為「九天」，如地球表面分九野（九州、中央與八方），各定界限，以氣象形色而名。此「九天」名稱為：

正東曰：「青天」。東南曰：「蒼天」。正南曰：「陽天」。

西南曰：「朱天」。正西曰：「旻天」。西北曰：「幽天」。

正北曰：「玄天」。東北曰：「昊天」。正中曰：「鈞天」。

問：居此「九天」內之仙聖位居何方？

答：此天較為接近人海，故現世經常出入人間普世度人之各聖真、仙佛，多居此重天內之「九天分野」，如：

呂祖居蓬萊，乃在東方「青天」。

南海觀音大士居南方「陽天」。

關聖帝君義聖宮居西南，管轄西南二天，名曰「協天宮」。

佑聖真武即北帝居正北「玄天」。

以上各仙聖皆在不動天之上，穹窿天之境。

第十重曰：「啖摩天」

此天分為三垣，即分上、中、下。啖者，也作焰，火初著；火苗，比喻氣勢。此天周天如列焰摩空，因號「啖摩天」。

居此天三垣內：

坐位中央為「紫微垣」即〈紫微大帝〉居所，為萬星帝主，協助玉皇大帝執掌天經地緯，日月星辰，統御諸星和四時氣候之神。

其餘二垣，為〈鈎陳上宮天皇太極〉之居，協助玉皇大帝執掌南北極與天、地、人三才，並主宰人間兵革（戰爭）之神，其地位僅次於玉皇大帝。

另一垣為「玉清宮」，為各帝君座天庭。

更上第十一重曰：「塊穿天」又名「兜率天」

此天光明廓落，湛然常寂，因此天頂如兜圜轂率（兜、包圍、環繞），故以名之。

問：此重天乃何仙聖所居？

答：此重天乃佛祖與諸佛所居，位在西方。而太上道祖居在此天之正南方，或曰「大赤天」。

最上第十二重曰：「大羅天」

此天乃在極高之處，出遊天表，只隔一圍，此十二重天上，下視塵凡，懸絕十二，真是晃朗（明亮）無邊，森羅萬象者也（紛然羅列的各種事物或現象）。

問：此重天是那位大聖人所居？

答：此十二重天上，乃無極聖母、五老（東方木公、南方赤精、西方金母、北方水精、中央黃帝）以及元始天尊、鴻鈞老祖等上聖所居。

以上十二重天外，尚有三十三部（區域）天，此三十三部天，由第十重「燄摩天」而下，縱橫高低，遠近不等，亦如九州之分野也。簡單而言，此三十三部天，如世界之有歐、亞、美、非、澳五大洲而分為各國也。

問：此三十三部天名稱若何？

答：三十三部天，各有帝宰，應從第十重計算曰：「燄摩天」、「兜率陀天」、「四天王天」、「忉利天」、「化樂天」、「他化自在天」、「梵眾天」、「梵輔天」、「大梵天」、「少光天」、「無量光天」、「光音天」、「少淨天」、「無量淨天」、「遍淨天」、「福生天」、「福愛天」、「廣果天」、「無想天」、「無煩天」、「無熱天」、「喜見天」、「善現天」、「色究竟天」、「無邊動處天」、「無邊識

處天」、「無所有處天」、「非想非非想處天」、「四象天」、「常惰天」、「持鬘天」、「監守天」、「當須彌山頂為帝釋天」，以上共計三十三部天。
以上總結天界／天宮分佈如下：

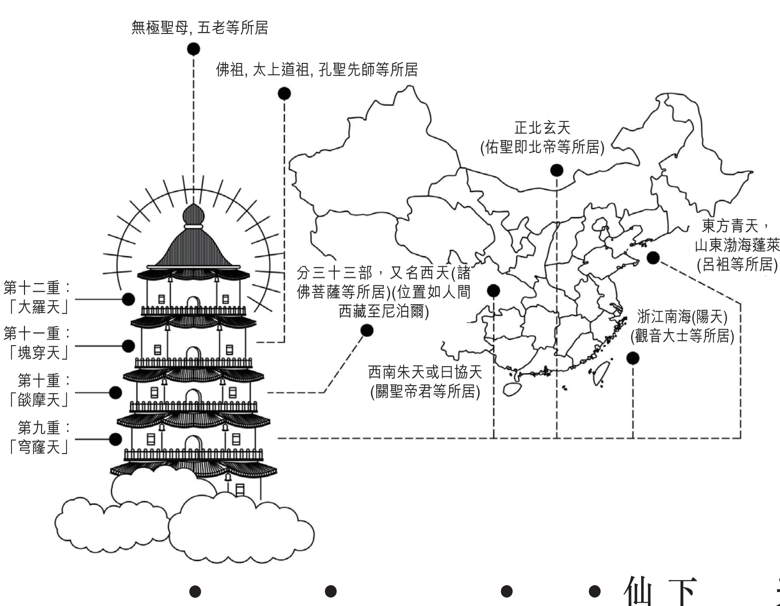
- 天宮共分十二重天。
- 第九重天「穹窿天」周邊界內，以氣象形色及方位而分成九天。
- 第十重天「燄摩天」界內分成三十三部天。

問：天界大略已明其中矣，仙神往來其間者，採用什麼交通工具？

答：來往天界，路程或稱「雲程」，由人間出發計算，最高最遠雲程為十二重天之「大羅天」界。最接近人、地之天宮為「太虛天」。天神往來之交通工具，種種不一，諸如：乘鸞、騎鶴、跨鹿、風輪（由風伯駕駛御風而行）、蓮花（由雲仙催送）、驕馬（儀仗或天將用）。

- 若由人間中土（中國中部）出發，乘鸞或跨鶴，雲程約需半個多小時便可到達日宮（第五重天「陽明天」）。

如此類推，便可略知天界雲程若何矣。



天界總論：

大羅天上，諸仙佛聖真，造化天地後，分性下凡，德育教民，功成而歸大羅，位列佛體金仙。諸仙佛如：

- **觀世音**菩薩：原為古佛，願度坤（女）衆，化法身下凡為坤（女）身。
- **濟世聖佛**：本羅漢身，見唐代時（距今約壹仟壹佰年前左右），人心趨向不古，聖佛化身下凡，嘻笑怒罵，以欲除欲，以欲制欲之佛法度世。
- **六祖慧能**禪師：佛緣一會，便下凡塵，應數因緣，回復阿羅漢身。

而

- 道教之純陽**呂祖**：成道後千百年來，立宏誓願度盡凡夫登覺岸，始登天界。迨自辛亥年（西曆一九七一年）雖已晉位列「上清」、「玉清」兩宮之主人。（道教最高行政官署之「三清宮」即「太清宮」、「上清宮」及「玉清虛

宮」）。「太清宮」現由太上道祖晉位，「上清宮」掌管玄門（道教）仙聖之升降事宜。而「玉清虛宮」則較為接近人海，主理人地事宜。呂祖為兩宮之宮主，日理萬機，但呂祖仍時刻心繫人間、地府，如呂祖寶誥云：「三界十方（綜言天上地下），無求不應」。千百年以來宇宙一切含靈者包括：人、修羅道、飛禽走獸、草木等受呂祖度化成仙、成真、成神祇者不可勝數。呂祖無量功德，使仙佛同頌，神人共欽。

問：仙聖既心繫人間、地府，倘仙宮寶殿距離人間路遠，往返需時，如何能得捷徑，省卻跋塵之勞？

答：儒、釋、道三教諸天仙佛聖真，為普度救世，大都於接近人海之天界設有行宮（如古時帝王出行時居住的地方），以方便出入天人之間。如：

位於第二重天上之「施化天」，有一座天山，名曰「翠微山」，此山距離逕往各級仙宮之「南天門」不遠，此座大山高插雲表，又高又大，山頂至山腰，有無數宮殿樓台，金光燦爛，百鳥和鳴，百花齊放，諸天列仙聖如：

瑤池金母（西王母），五老之一，前章已略述過，三官大帝（天官：掌仙聖升降，人間福祿；地官：掌幽冥十地，善惡分判；水官：掌江河湖海各級水神之任免、升降）、南海觀世音、純陽呂祖等均置行宮於「翠微山」，以方便度世。尤以現今時值三期末劫（近百年來人間世遭受不同程度之天災、兵禍、疾病等種種苦難），雖曰「禍福無門，由人自召」，惟仙佛體上天好生之德，當此亂世，不厭其煩，不辭勞苦，時常降臨人間，協助消災解厄。更有仙佛自願分性降生人

間，隨緣闡道，或間有偶犯過失之仙真，貶謫（遭天帝責罰而貶降）人間，憑藉其夙源根厚（前世之性靈），助仙聖傳真教化，帶罪立功，回天復位者、不知凡幾。惟願世人能體仰聖心，立善去惡，積德行仁，則天地之間，漸見善多惡少，宇宙承平，人心趨正，劫孽自消失於無形也。是所祈盼。

問：所論天界之大略，是否已包涵其它異國區域？

答：參「玄音內文」己未年（一九七九年）二月十九日訓示：

觀音大士訓云：

佛法源出東土（東土，即今中國陝西省）

道法創自中原（中原，即今中國河南省）

解釋「道法」二字：「法」為天地之法，「道」由法所生，「法」從道中立。兩者相依相合稱為「道法」。

問：緣何世間〈符咒〉一般末句為：「吾奉太上老君急急如律令。」

答：概因太上老君為萬法之祖，故能以令役使仙真及三界神祇，故曰〈律令〉。由此而知，「佛」與「道」，其源本皆來自先天無極聖人分性下凡，與儒教並立於中國及古印度國。

故經書有云：

佛在西天（遠至印度）

道在蓬萊（中國東北山東渤海）

儒釋道三教先天無極聖仙神佛之天界，或稱天象界，四方之位大略如下：

由東至西（東自中國之東極扶桑）（西至印度古國）

由北至南（北自北極滄溟，即北方幽遠的天空）（南至南海）

其餘天國位置如歐、美、中東、非、澳等，皆有其各自所屬之天界及分別由各教如天主、耶聖（耶蘇）、伊斯蘭（回教）等各大教宗或主教管轄。宇宙間各大宗教，其教義大略相同，所不同者，修行之法略異而矣。

附錄：

咒的解釋：咒者，祝之於神，以希默佑。又咒者（願也），所願從心，又名真言，謂其言之真實不虛，欲人堅心受持也。

咒的功用：或祛邪魅，或解疾厄，或禳星斗，各指一事。

導讀五　論地獄

問：概知人生於天地，有生必有死，那麼人死後往那裏去呢？

答：前章（導讀三）概述人身得成，乃「魂與魄」所結而成。人之生也，魄先結於胎，魂附之於後。人之死，魂先離去，魄始腐敗。如是則魂魄相離，六神無主，永不復合。

問：那麼魄既壞死，魂又何去何從？

答：魂者，靈魂也。人在世時，靈魂為陽，死去後，魂為陰，俗稱陰魂或鬼魂。

問：地獄果報可有例證乎？

答：地獄果報，無論古今將相，始因一念之差，終受噬臍（後悔）已晚之慘。諸如：秦朝將軍白起❶，長平之戰，坑殺（活埋）趙國降兵四十餘萬。其報應在陰間世世輪迴皆為豕（猪）、為蛇、為蜈蚣，皆遭雷殛（雷電劈）。身書姓名（白起），歷歷可考。在陰間永浸地獄糞溷（糞坑）之中。

又如宋朝名奸相秦檜（公元一零九零至一一五五年），諂害岳飛入獄，以莫須有（或

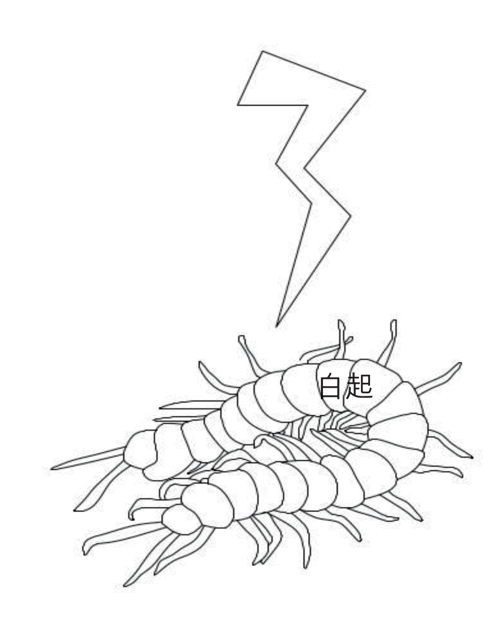
❶ 白起：戰國時秦悍將（距今約弍仟弍佰年前左右），善用兵，秦昭王重用之，戰勝攻取凡七十餘城，封「武安君」，「長平之戰」，坑殺降兵四十餘萬。死後遭果報，輪迴為畜道，時遭雷劈，劈死後身背現「白起」二字，民間百姓目見此果報者多錄為書。

許有）之罪殺死岳飛。

《關聖帝君明聖經》云：「秦檜世為犬」，因一己之私念，諂死忠良，在世榮華只享不過十年，死後輪迴判世世為犬，因果報應，何其昭然！秦檜若早知如此，或可後悔當初？



《法華經》指：“六道眾生生死所趣。”十界中由上而下的六道分別指：天道、阿修羅道、人間道、畜生道、餓鬼道、地獄道。



〔因果報應〕

問：鬼魂或稱幽魂既無軀殼，為何墮入地獄受諸般刑罰而感到痛楚、哀號、甚至受極刑不支、昏死過去。死去又如何再活過來？

答：鬼魂者乃陰魂，常人滅後，精氣神三者先後返回先天八卦之（乾、巽、離）三宮。倘在世離塵時，五官齊、四肢全，死後之魂狀大致上似生前軀體樣，惟只含陰魂氣身矣。但仍有作人時諸般情感及感覺，固受刑責時，與在陽世時受痛苦感覺無異，倘受極刑不支昏死去，鬼差用鐵煽轉動孽風，孽風一吹復使還魂，又回復原形。

問：陰魂往何處投？

答：人生在世，若修為得宜，可證以下不同功果：

（一）倘仙聖分性下凡度世，或有仙真偶犯過錯，遭貶謫下界而帶罪立功者，壽緣盡、即可返回先天之元性復位。

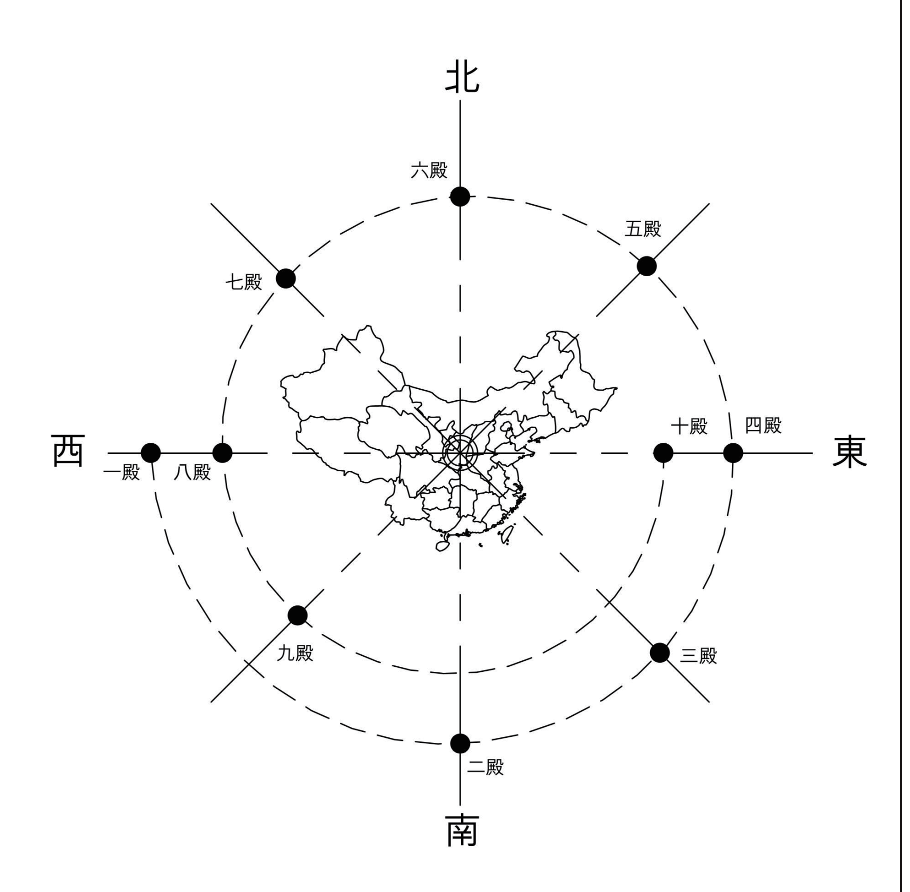
（二）倘在世時，內外雙修完滿如前篇〈導讀一〉及〈導讀三〉所論述，修至魂魄堅定聚合，並能三品合一（精氣神），羽化後則可成就仙真聖神。

（三）倘在世時忠貞不易，抱浩然之氣，而歿者死後可證為聖、為神，如宋之岳飛、文天祥、包文拯（包公）等均以正氣之凝結成聖。

- 一般俗世之士，死後其魂流徙情況大致如下：
魂離肉身後，貼附於地之「太虛天」，即第一重天之城隍司屬官差，如香港則屬寶安縣之隍司管轄，將引領或拘押亡魂至當地所屬之城隍署辦理除名去籍手續。

- 除名後，亡魂轉交地府審判。往地府路程，須經陰陽界，然後進入鬼門關。地府共分十殿，從一殿至十殿以中國本土區分，其位置及界域大略列分如下圖：

地獄十殿位置大略圖



以一殿[秦廣王]、即長安（陝西省）為中心起點，如八卦圓形逆推

第一殿：秦廣王

位置：居大海中，沃❷礁石❸之外，正西的黃泉黑路上，即今陝西省長安界。

面積：少於伍百由旬❹。

工作大略：設有孽鏡台，將犯人推至鏡前，現出在世時諸般大惡。

第二殿：楚江王

位置：大海之底，正南方沃礁石下。

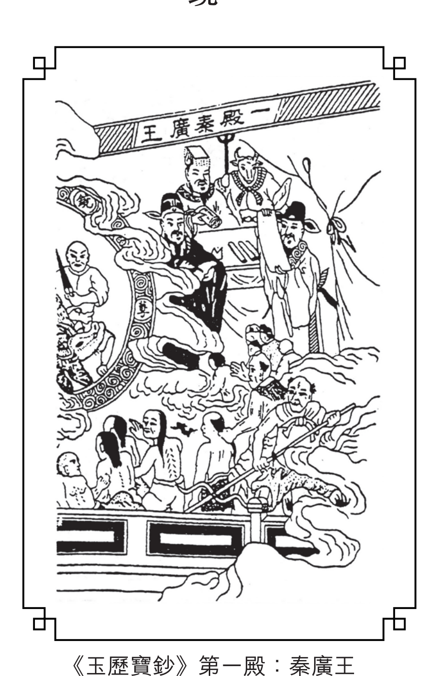
面積：七百由旬

工作大略：內設有十六個小地獄，包括火傷、刀砍劈、糞尿泥、銅斧等刑場。

❷ 沃：豐貌。

❸ 礁石：露出水面的大石。

❹ 由旬：古天竺（印度）計算距離和面積單位，伍百由旬約等於壹個軍人每天行軍八小時計算，需約一年步行時間才能行畢伍佰由旬之路。



《玉歷寶鈔》第一殿：秦廣王



第二殿：楚江王

第三殿：宋帝王

位置：大海之底，東南方沃礁石下。

面積：五佰由旬。

工作大略：設十六小地獄，包括刮指、挖眼、斬足、倒吊、刮臉等刑具。

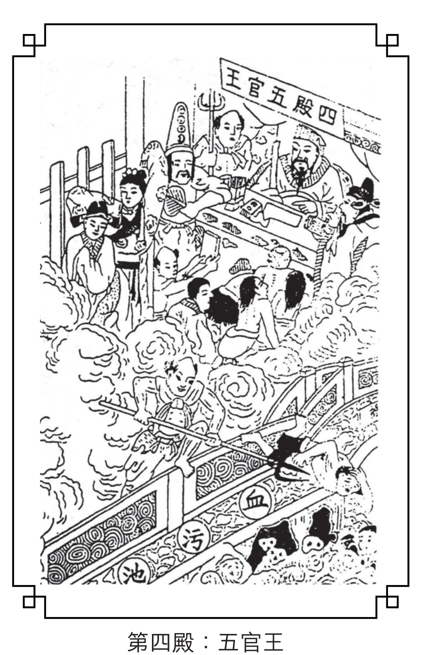
第四殿：五官王

位置：大海之底，正東方沃礁石下。

面積：五佰由旬。

工作大略：設十六小地獄，包括沸湯澆手、斷筋剔骨、木石土壓、戮眼等刑具。

第三殿：宋帝王



第四殿：五官王

第五殿：閻羅天子

位置：大海之底，東北方沃礁石下。

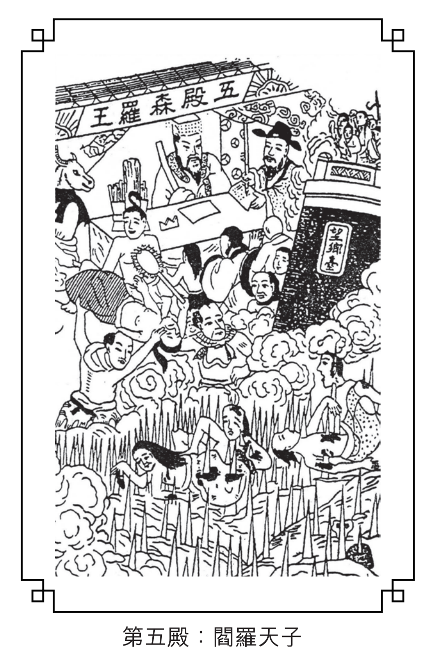
工作大略：設有望鄉台，作惡多端的人歷受一、二、三、四殿各獄之苦，始解往五殿，計歷了四殿之時日，有二、三月者，半年者，一年者，等等不一。解來五殿，准他上台望鄉（家鄉），緬懷舊事一番。台高四十九丈，闊八十一里，製造甚奇，雖四大部洲，皆能望之。

第六殿：卞城王

位置：大海之底，正北方沃礁石下。

面積：五佰由旬

工作大略：設十六小地獄，包括常跪鐵沙、割臂鼠咬、銜火閉喉、腰斬、鉗嘴、剝皮等刑具。



第五殿：閻羅天子



第六殿：卞城王

第七殿：泰山王

位置：大海之底，西北方沃礁石下。

面積：五佰由旬。

工作大略：設十六小地獄，包括剖胸、火坑、犬咬、頂石、拔舌穿腮、抽腸、烙手、油釜滾烹等獄具。

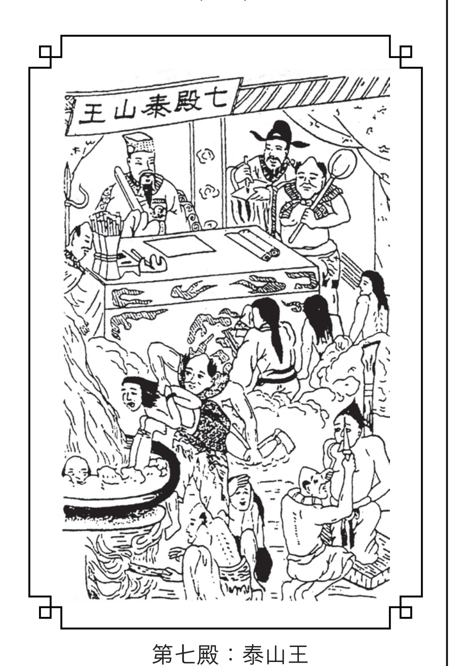
第八殿：都市王

位置：大海之底，正西方沃礁石下。

面積：五佰由旬。

工作大略：設十六小地獄，包括車崩（用車輾過身軀）、剪舌、斷肢。鋼叉等刑具。

此殿設有「奈何橋」，乃惡人所行，惡人甫登橋上，慄慄危懼，頭暈眼花，未到橋中心，便跌下河去。下河之後，便有許多銅蛇鐵鱔，爭來吃人。



第七殿：泰山王

第八殿：都市王

第九殿：平等王

位置：大海之底，西南方沃礁石下。

面積：八佰由旬，較他殿尤大。

工作大略：設十六小地獄，包括敲骨、濺熱油、磨心、抽筋擂骨、沸湯淋身、毒蛇鑽孔等獄刑。

第十殿：轉輪王

位置：在陰間沃礁石，外正東方直對「五濁」❺世界的地方。

工作大略：此殿為管理輪迴轉劫，不另設獄。

❺ 五濁：佛教稱人世為「五濁」惡世。《法華經》〈方便品〉述諸佛出於「五濁」惡世，所謂劫濁、煩惱濁、衆生濁、見濁、命濁。



第九殿：平等王

第十殿：轉輪王

問：為什麼叫「轉輪王」？

答：十殿專門管理從各殿押解到來的鬼魂，分別核定他們罪福大小，發往世界四大部洲的適當地方去投生。

四大洲（佛經稱世界四大洲）：（一）東勝身洲〈東毗提訶洲〉、（二）南贍部洲〈閻浮提洲〉、（三）西牛貨洲〈瞿陀尼洲〉、（四）北俱盧洲〈鬱單越洲〉。

工作大畧：設八大司，各司其職：

（一）查驗司：查驗到殿所投生之人，有無文憑，有則放行、無則解回原獄。

（二）稽善司：稽核善信男女，按其善功之大小，以定其福澤之厚薄。

（三）考過司：考核將投生者之過惡，以定其來生之衣食榮辱，壽夭得失。倘罪入畜道中，分別墮入「胎卵濕化」，即四生道。

（四）恩怨司：主持投生男女、出世為人，准其報恩、報怨。

（五）壽命司：主持人、物（動物）之壽命。

（六）支配司：支配人間之父子、夫婦工作。

（七）掌劫司：掌管人、物（動物）之轉劫而註冊。即如善男女、應享富貴幾世？有大惡、應受窮苦幾世？墮畜道幾世？或永墮胎卵濕化（四生）。

（八）授生司：掌管投生，人與物，授以相當之實據。如投生為官者、授以官袍，為農者、授以農具，其化等等，可以類推。又投生畜道，為胎卵濕化者，授以角趾羽毛鱗介軀殼，因物而予，此授生司之職務也。

編者按：即身披牛馬六畜之皮，或變飛禽走獸，龜鱉蛇蚌之類。

問：聞說此殿有六座大橋，是否用以分辨投生者之路？

答：投生處設六條大橋，分別為：

（一）金橋：乃大善人所登，得授天曹或證高於神祇職位。

（二）銀橋：乃二等功善之橋，凡授地仙地祇之職，得而登之。

（三）玉橋：乃三等功善之橋，凡投生福地，享受人間富貴者，亦得而登之。

（四）石橋：生前積有小功善之人，出世亦令其衣食豐足。

（五）木橋：乃有罪過者所由行，出世則衣食不濟，困苦艱難。

（六）竹橋：最下即是竹橋，乃投生畜道所行，凡胎卵濕化之類均附之也。故凡行竹橋者，乃披毛戴角之輩，俱皆大放悲聲，號啕痛哭而去。

問：聞說世人轉投時，須喝「孟婆湯」，這是什麼湯飲？

答：十殿設有「醧忘台」，負責此台之冥神乃一老嫗「孟婆神」，生於前漢，距今約弍仟多年前，幼讀經書，壯誦佛經，凡有過去之事不思，未來之事不想，在世惟勸人戒殺、吃素，年至八十一歲，鶴髮童顏，終是處女，只知自己姓孟，人皆稱之為「孟婆」。入山修真得道。至後漢時（距今約壹仟捌佰餘年），世人有能知前世因者，妄認為前生眷屬，是以玉皇大帝敕令孟氏為幽冥之神，造築「醧忘一台」，准選鬼吏使喚，以採取俗世藥物，合成似酒非酒之湯，分為甘、辛、苦、酸、鹹五味，諸魂轉世，派飲此湯，使忘前生各事。

問：十殿大略已知，除此十殿外，幽冥還有其它宮殿？

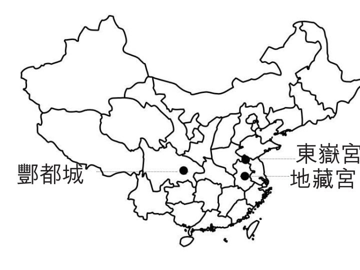
答：地府還有三個重要宮殿，即：（一）地藏宮、（二）東嶽宮、（三）酆都城。此三宮殿位置如圖「品」字鼎列，而上述十殿則如八卦圖形。

問：三宮是由誰來管轄，工作情況若何？

答：地藏宮來由大略如下：

「地藏」是古梵文（古印度）文字。地是指「大地」。而「藏」則是「儲藏」。地藏菩薩前身乃佛典中盛名的「目犍連」或稱「目蓮」使者。遠在二千年前，目蓮生前修行至「佛」境界，目見母親在地府中受諸苦難，心急救母而持錫杖闖地獄，嘗試救母於餓鬼地獄。後為如來世尊及諸佛感動，遂其願而拔其母。佛祖有見及此，自目蓮救母事件之後，乃有「盂蘭盆」法會之設，延請高僧大德誦經禮懺（懺者：悔也，知悔而善補，故自古佛仙著懺法，使人依式誦禮與先靈受聽，實遷善悔過之要典），慎終追遠，拔冥超幽，時至今日稱為「中元超幽法會」。冀能藉佛僧、道侶之虔誠念潔禮誦寶懺，感動仙真、諸佛而漸次遞減赦免衆幽魂之罪孽，早脫輪迴。而目蓮證道後，勅封為「幽冥教主」，統率「十王」（地獄十殿王宮）。

地藏菩薩大願「地獄不空、誓不成佛」之宏誓，為天、人、地欽敬。

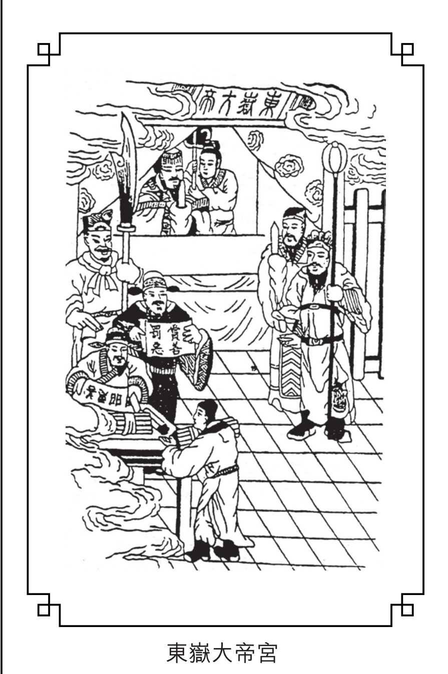


三宮位置圖

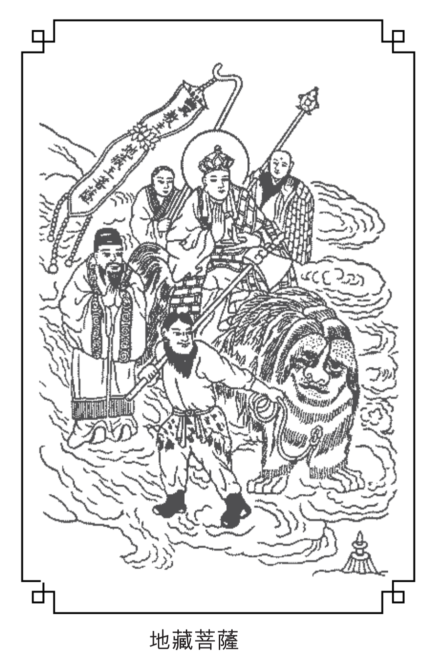
東嶽大帝宮

來歷：東嶽泰山（位於中國山東省）為五岳之尊。其餘四岳為：南岳衡山、西岳華山、北岳恒山、中岳嵩山。東嶽為天地之神，神靈之府，故有云：中國人死後，其魂歸於泰山。帝君乃天地初開後盤古氏五世之苗裔（後代子孫）金蟬氏也。修道功成於東北長白山下，封為「大帝」，掌東嶽。

管轄：記錄世人功過，此宮設有日夜遊神各三萬八千，每日每夜，記錄世人作惡為善之功過，分別記錄彙集滙報，酌降禍福。統領人魂、幽魂之事，能號召天下一切神鬼，遊魂幽魄，為群靈之府。大帝執掌人間賞罰與生死大事。



東嶽大帝宮



地藏菩薩

酆都城

主管此城王者由天帝依次序派任輪選。

管轄：此殿城內主要設置者有：

（一）左列枉死城

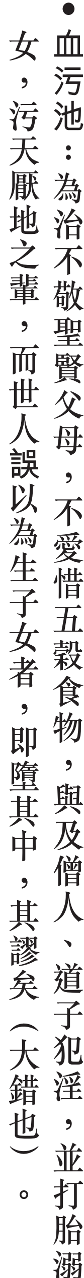
（二）右環血污池

（三）鐵圍城。

三處地如品字形而立。

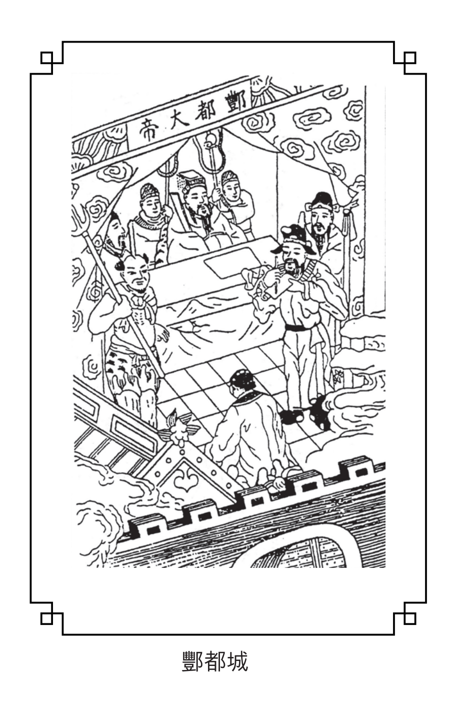
問：此三城為何而設？

答：●枉死城：此城為治枉人之犯，而接待受枉死之人，俾其親見冤仇受刑，以服其心。本為世人伸公道，報不平也。而世人誤以為枉死之人，即入城中受罪，冥司公道，將何在哉，可笑、可笑。



●血污池：為治不敬聖賢父母，不愛惜五穀食物，與及僧人、道子犯淫，並打胎溺女，污天厭地之輩，而世人誤以為生子女者，即墮其中，其謬矣（大錯也）。

●鐵圍城：乃十殿之外城，鐵圍城隸屬北陰酆都，其中之鬼，皆擾亂世道之大小妖魔，皆屬大奸極邪惡之徒，在此城內囚禁數百年、或千年，不放投生，故以鐵城圍之。



酆都城

地府添述：

幽冥十殿、三宮概述其大略矣，現仍有以下各項地府問答討論題作參考：

問：地府乃眾幽靈或鬼魂聚合分判之所，在各地獄中，有否設講學堂，以教導諸魂？

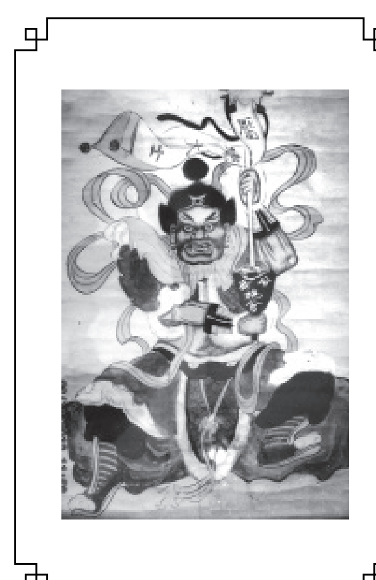
答：昔者幽冥教主，即地藏菩薩，曾奏請玉皇，在陰間地府大開講亭，以度眾鬼，開其智慧，啓其靈明，以免生生世世，沉淪不返。玉皇准允，特敕地藏於東嶽、酆都、十王殿內，各設講亭，訂每月初一、十五日暨三六、九日（即每月逢初三、初六、初九、十三、十六、十九、二十三、二十六、二十九日）選派諸天各宮仙真，輪流赴亭宣講，依照其魂資歷分上、中、下三級，以五倫（君臣、父子、兄弟、夫婦、朋友之間的關係）八德（孝悌忠信、禮義廉恥）之儒教學說及報應、因果等宣講，一般以三個月為期，畢業後按其前生所積善惡，封神或復生人世。

問：地府有食物及各項日需用品嗎？

答：陰間類似小人間，具有水源，農莊等生存必須之條件，惟品種及質量未能與天界媲美。因此地府仍能生產類似人間一般食物及日常所需用品，如茶、酒、果品、衣服、鞋襪等應用物品，供地府官員及鬼差用。冥間各殿府均設有「都市集」如人間市集或街市相若，其中以八殿之都市集為至大，物品最齊。冥市貨品主要售與陰間官吏如判司及各獄吏、書吏、鬼差等以應日常之用，慨地府各級官員皆享有一定之糧餉，如若人間相同，官員及陰差均定時工作及每月定期作息。

問：倘諸罪犯在世時積孽重而遭囚於酆都鐵圍城內數以百年計，恐餓至死而未能滿囚期，眾魂可有東西吃嗎？

答：該等重犯，或數百年，或千年，不放投生，鬼卒定期給以泥漿一勺（古時量具）飲之，以解飢渴，不會餓死。其他輕罪鬼魂、亡魂，倘受人間祭食，如法會施食或其後人依時節祭奠，鬼魂所領食者「氣」也，吸食其氣味以充其飢者已。在世子孫，不可忘祭祀，祭祀乃子孫承接祖宗之氣，以氣合氣，所以感格。施食經文云：「大士施食法，以一變十、十變百、百變千、千變萬、萬變恒河沙數」可知每年介超薦功德法會，倘為經懺主事者，如能虔誠以赴，依章念誦懺文，乃至拋送施食段節時，施出食物品類，如糕點、素飽等，也能感動「靨然大士」，即俗稱「鬼王」或曰「觀世音化身」慈悲之念施佛法化食，使幽幽之魂恩承甘露，一嘗飽吃嗞味，消除飢腸轆轆之苦，經懺主事者，如能配合，是亦功德一場也。



〔靨然大士聖像〕

問：何謂「四生六道」？

答：當眾魂轉送或押至十殿轉輪王後，冥司辦理文書手續後，各衆魂依判而投生「六道」，六道者為：

（一）天道：即封為三界神祇，惟在任職期最長為「五百年」，倘在此期間，無特殊功勳記錄者，當須再輪迴人海。倘在職期間犯過錯，亦受處罰。

（二）人道：投生人世間，依前生所作善惡因果，判分貧賤富貴等別。

（三）阿修羅道：在生時無積大善功於世，或未曾皈依正宗普世法門，但亦無犯大過錯，自身修行，只得一點真性靈，幽冥放行，任其在「太虛天」自修自得，期間倘犯過錯，一律受天條法律所束，不能登上天界，神仙遇見，如同不相識。

（四）地獄道：仍押在地獄中，罪輕者、倘經受教導、如已在「宣講室」畢業，但仍未到輪迴之時，則須在獄中等候，倘後人念親，在法會期間如「中元法會」或「盂蘭勝會」，幸得有道之修士誦經超拔，獲神恩減免其罪愆，則輪迴加速往生。

（五）餓鬼道：罪重受罰，甚至轉押往「鐵圍山」囚禁數百年為餓鬼。

（六）畜　道：投生為「四生」，即

—胎生（哺乳動物由母體懷孕而生，如豬、牛、羊等）

—卵生（產卵後經孵化而出生，如雞、鴨、飛鳥等）

—濕生（如生於水澗、池塘之蟲、蝎、飛蛾等物）

—化生（即無依托，即時而生，或受四季天時影響而化生之各種微小生物，或稱微生物體，其化生數量或以億萬計，其生命屬短暫，或朝生而暮死）

注意：投生為畜道，至孽債償還，然後得轉人身。倘幽魂化生為「濕」「化」之道時，其靈日後轉化為人之機甚杳茫矣。生為人靈者，宜三思慎行。

以上輪迴之道，以「地獄」、「餓鬼」、「畜道」為最悽慘苦楚，故稱之謂「三塗之苦」，或稱「三途」苦難。

問：倘投生為「畜道」，是否人死後，受諸刑罰期滿時，即往生畜道？

答：非也。一般離世後，倘轉投「畜道」，如投生為豬、牛、羊等，判司須囚其魂至若干時間，一般數十年不等，此舉乃防止其先祖亡魂（即被判投生畜道之鬼魂），倘即時投生人間世為豬、牛、羊時，而其直系親屬如妻兒子女等在市場上偶購得該先人轉投牲口而食，雖曰無知之失，但此亦有違天理，故判司亦審慎而行之。

問：地府公差官職可有名稱否？

答：「地冥神」，一般稱謂為——判司、吏員、書吏、獄吏、鬼差、長腳厲鬼、牛頭馬面、黑白無常等等。

解釋：黑白無常乃往陽世捉拿亡魂使者。

- 穿白衣者，頭戴高帽，足踏芒鞋（即草鞋），口如血盆，眼若明星，左手撐傘，右手執扇，呵呵大笑（笑煞世間作惡之人）。乃為「生無常」。
- 穿黑衣者，面如鐵鍋，披頭散髮，後背算盤，左手捉鍊，右手執牌，愁容似哭（哭盡陽世造孽之輩）。兩眼忽睜忽



地冥神

閉，血淚流出。乃為「死有分」。

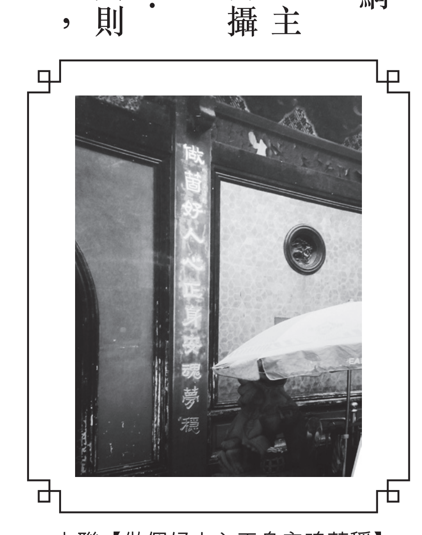
編者按：人生生死無常，要各自修因，跳出網羅，莫為「無常二鬼」所「笑」、「哭」。所謂作惡之人，其氣重濁，死後不能上升，主冥司者，必拘其魂於地獄，使之永受罪，而攝其魂於苦海，死後永久沉淪。

問：地府十殿三宮，往返官員可用何種交通工具？

答：地府交通工具一般為乘冥馬或轎車，倘仙真則乘仙鶴或神馬。仙鶴、神馬在半空中能升空，騰雲踏霧，地府行走亦較冥馬迅速。

地府真情，幽冥景況，至此也算大略概述一遍。諺曰：瓜豆之理（種瓜得瓜、種豆得豆），因果循環，如影隨形。地府森嚴，天律無私，願世上之人，如鳥巢禪師訓言：「諸惡莫作，眾善奉行」，方為上策。

編者按：「諸惡莫作，眾善奉行」，此勸善語，三歲孩童知得，百歲老翁行不得，正此不難為之事，而盡人不易為！



上聯【做個好人心正身安魂夢穩】



下聯【行些善事天知地鑒鬼神欽】

此楹聯乃上海〔城隍廟〕正門牌坊楹聯，深具意義，願世人反覆思考。

導讀六　論天地升降、日月往來

本章詮釋《道德經》內文：

第五章【天地之間。其猶橐籥乎。】

第七章【天長地久。天地所以能長且久者。以其不自生。故能長生。】

第二十五章【寂兮寥兮。獨立而不改。周行而不殆。】

第四十二章【萬物負陰而抱陽。】

問：什麼是「陰陽」？

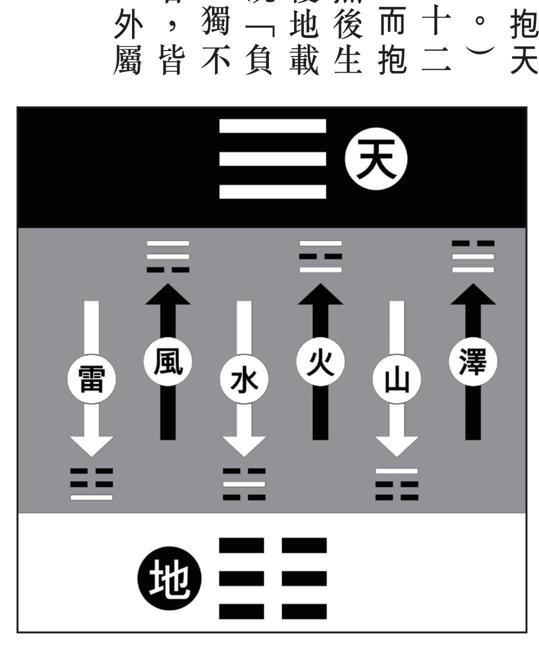
答：《易經》曰：一陰一陽謂之「道」，離了陰陽「道」不全。陰陽者、動靜自然也。不動則腐，不靜則亂。一動一靜，貴乎自然。獨陽不生，孤陰不長，天地之造化也，爕（即和、協調）陰陽而生萬物，會五行（金木水火土）而造萬物。倘育而不培（培養），雖造亦化（滅）。

問：如何能造而不化（不滅）？

答：觀天地周而復始，每歲一升一降，升降四季有序（春夏秋冬）。看日月按曆月互攝魂（陽）與魄（陰）一次，以往來無間，往來使晝夜循環，固天地、日月能長且久。

問：天地如何升降，日月怎樣往返？

答：本書刊導讀一〈創世紀／宇宙生成論〉敘述天（乾、陽）、地（坤、陰）經歷三次互相討索（交媾）後，而生成「六氣」即震（雷）坎（水）艮（山）巽（風）离（火）兌（澤），合天（乾）地（坤）生成八卦宮象於宇宙。六氣互相交合而分成「五行」即金木水火土。乾（天）既三索於坤（地）後，陽乃負陰而還位（天位）。（解釋：陽本無存陰，經歷三次索地後，背負（馱）地之「真陰」返回天。）而坤（地）三索於乾後，陰抱陽而還位（地位）。（解釋：陰本無存陽，歷三次索天後，抱天之「真陽」返回地。）故《道德經》第四十二章云：「萬物負陰而抱陽」。概因有天地然後生萬物，萬物恩蒙天覆地載而生於天地，天地既「負陰而抱陽，萬物何獨不然？」故萬物含靈者，皆存陰與陽。人靈者，外屬陽、內屬陰。



【萬物負陰而抱陽。】
《道德經》第四十二章內文

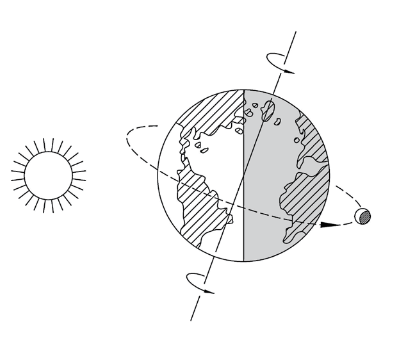
- 天一索地為震 - 雷
  天二索地為坎 - 水
  天三索地為艮 - 山
- 地一索天為巽 - 風
  地二索天為离 - 火
  地三索天為兌 - 澤
- 天地歷三次互討索後，各自回位。
- 乾（天）馱地之「**真陰**」反天（**負陰**）。
- 坤（地）抱天之「**真陽**」回地（**抱陽**）。
- 天地負陰抱陽，人生於天地，亦何獨不然？

問：萬物負陰而抱陽，如何能使天地升降？

答：繼天地互索完成，天索地後，藏地之「真陰」返天，而地索天後，藏天之「真陽」回地。淺而言：兩者經互索後，彼此「陽中有陰，陰中有陽」。倘互索後，若彼此無藏對方「真陰真陽」日後便不能互換互調互爕，上升復降，周而復始，則天地升降無道，如斯天恐墮，地自折矣。即謂育而不培，雖造亦化。

問：天地如何互養互培？

答：未生天地以前，乃曰「太虛」，太虛無體。既生天地，乃有「形與名」，有形名則難逃度數（即長短計算，天地陰陽之數如一三五七九為「陽數」，二四六八十為「陰數」及日月星辰在天空的躔度數，如周天分為三百六十度，劃為若干區域，辨別日月星辰的方位）。大道生育天地，天地分位，上下相去八萬四千氣里。天「陽」三索地後既藏地之「真陰」，地「陰」則藏天之「真陽」，天地之真陰真陽互升互降，一年一次交合，周而復始。



【天長地久。天地所以能長且久者。以其不自生。故能長生。】
《道德經》第七章內文

- 天地互三索完成，日後「真陰」「真陽」，每三百六十日交合升降一次（一周天或一年歲）。
- 日月魂魄每月往來一次。
- 月圓月虧，周而復始，故「天地能長且久」。

問：既知天地上下相去（相遠）八萬四千氣里，其升降度數若何？

答：陰陽升降，上下不出於八萬四千氣里，往來（即壹周天）難逃於三百六十日（即壹歲）。天地上下八萬四千氣里度數之間，共分成二十四節氣，即春夏秋冬四季，每季各有六個節氣。

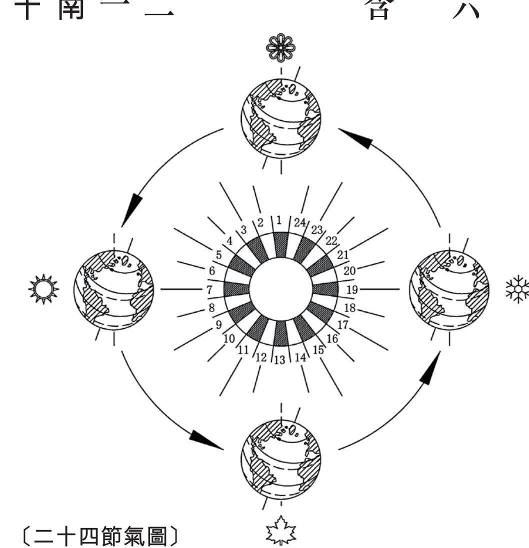
春季：立春、雨水、驚蟄、春分、清明、穀雨。
夏季：立夏、小滿、芒種、夏至、小暑、大暑。
秋季：立秋、處暑、白露、秋分、寒露、霜降。
冬季：立冬、小雪、大雪、冬至、小寒、大寒。

以上每歲（三百六十日）分成四季，每季含六節氣。天地升降度數如下：

每十五日為一節氣，一年三百六十日計，共含二十四節氣。「氣」升降度數計算從「冬至」之後，概太極陰陽相生之妙理為：

陽太極而生陰（即陽氣盡生陰氣）
陰太極而生陽（即陰氣盡生陽氣）

「冬至」淺譯：四季之末，陽曆十二月二十二或二十三日為冬至。該日為日冬至則一陰下藏，一陽上升。陰盡而一陽生。冬至之後，日出至自南而北，地中陽升，凡一節氣合十五日上升進七千



〔二十四節氣圖〕

氣里，為期一百八十日、即半年，歷十二個節氣。陽氣上升到天極，以時日曆計，為「夏至」。公式計算：180日÷15日X7000氣里＝八萬四千氣里。陽氣上升進至此天位，則成陽極陰生之象。夏至之後，天中生陰，陽盡而陰降，即陽盡而一陰生。

「夏至」淺譯：二十四節氣之一，公曆六月二十一日或二十二日為夏至。這天太陽經過夏至點，即黃經九十度。這一天太陽會直射北回歸線，北半球晝（日）最長而夜最短，南半球則相反。

夏至之後，日出至自北而南，天中生陰，凡一節氣合十五日，下進七千氣里，為期一百八十日，又歷半年、十二個節氣。冬至日，該天陰太極復生陽，周而復始，運行不已，不失於道，所以天地能長久，運行日月。

《道德經》第四十二章云：【萬物負陰而抱陽】

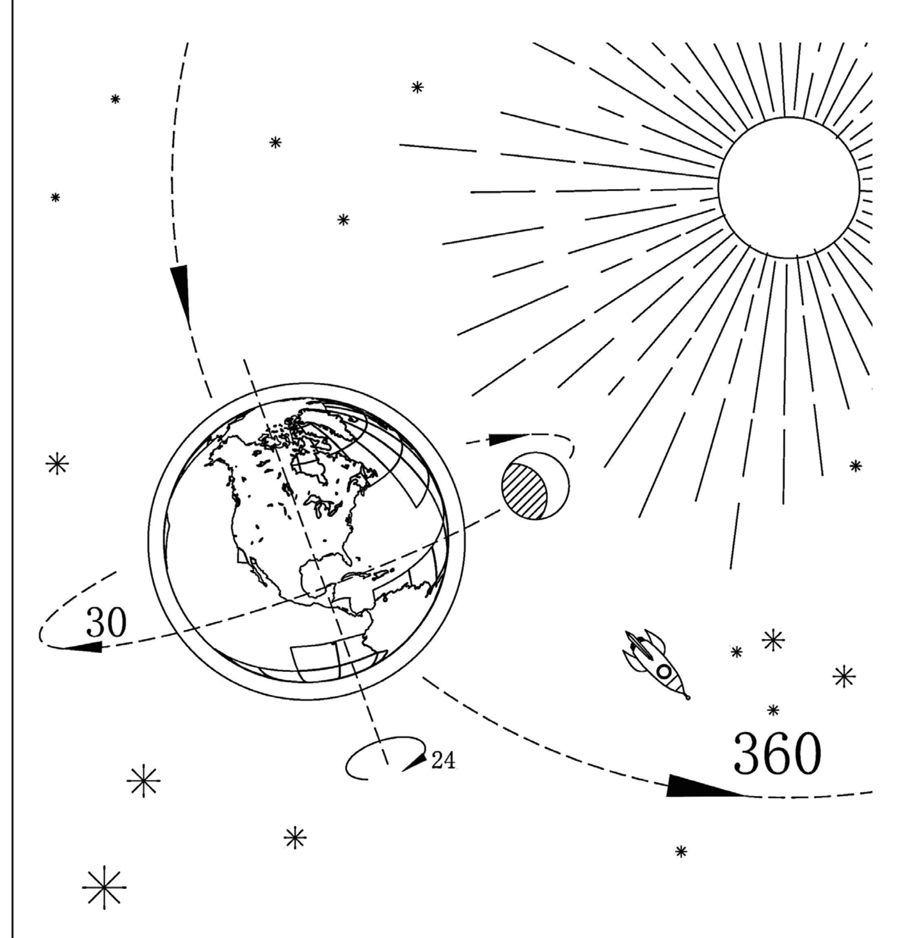
天地經歷三次互討索後，陽藏真陰，陰藏真陽，日後天地以乾坤相索，陰陽升降，一年一次交合，互相匹配，升降使四季有序，是皆「陰陽」之大功也。

《道德經》第五章云：【天地之間。其猶橐籥乎。】（喻氣機升降）

《道德經》第七章云：【天長地久，天地所以能長且久者，以其不自生，故能長生。】

《道德經》第二十五章云：【寂兮寥兮。獨立而不改。周行而不殆。】

以上四章蓋指陰陽升降、交合之道。



「冬至」及「夏至」計算方式：

$$(0.5\text{年})X(\frac{360\text{日}}{1\text{年}})X(\frac{1\text{月}}{30\text{日}})X(\frac{2\text{節氣}}{1\text{月}})X(\frac{7000\text{氣里}}{1\text{節氣}})=84000\text{氣里}$$

問：四季陰陽之氣變化若何？

答：春季—陰中陽半，其氣變寒為溫，乃春之時。
夏季—陽中有陽，其氣變溫為熱，乃夏之時。
秋季—陽中陰半，其氣變熱為涼，乃秋之時。
冬季—陰中有陰，其氣變涼為寒，乃冬之時。

問：天地壹年交合升降已知，那日月如何往來？

答：日月魂魄相生，精華往來，參本書刊導讀一〈創世紀／宇宙生成論〉。日月者、太陰太陽之精，默紀天地交合之度，助行生成萬物之功。東西出沒，以分晝夜。日月出沒，運行於一天之上，一地之下。日行陽道，月行陰道。故日月之分別如下：

日，為陽、為乾、為魂，天地生成之數為九，以陽行乾，其數用「九」。

月，為陰、為坤、為魄，天地生成之數為六，以陰行坤，其數用「六」。

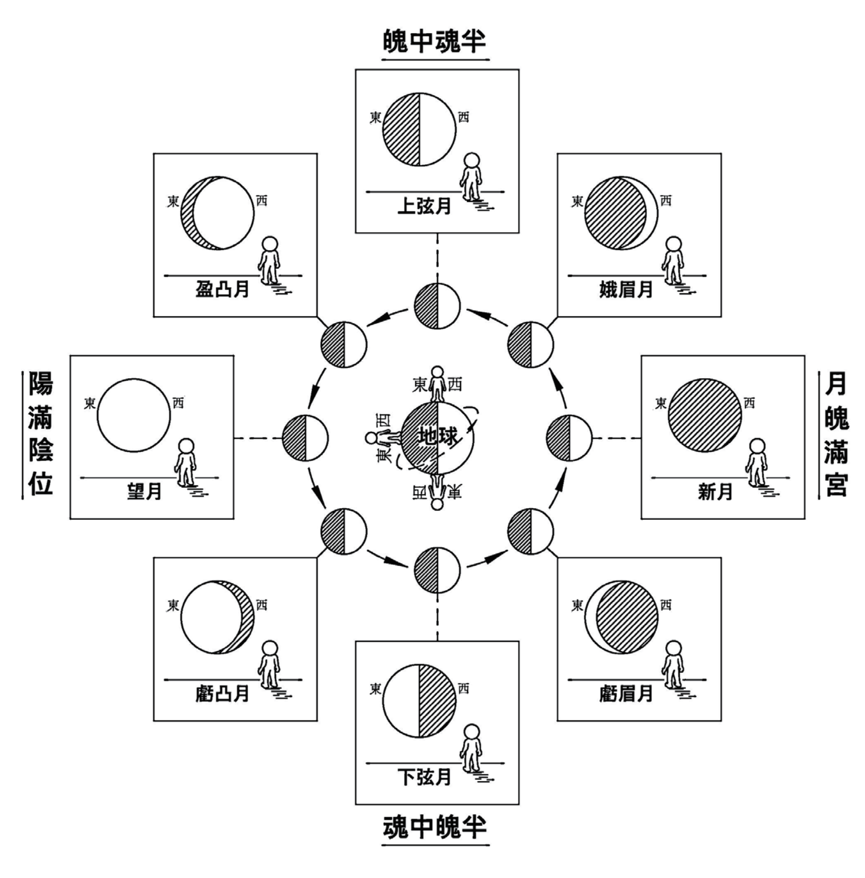
五行生成之數：五十有五。天一地二、天三地四、天五地六、天七地八、天九地十。

一三五七九、陽也。共二十五（即 $1+3+5+7+9=25$）。二四六八十、陰也。共三十（即 $2+4+6+8+10=30$）。

問：日月如何魂魄往來而相生？

答：日月成形，周圍各得八百四十氣里（悉符天地八四之數〈前言天地分位、上下相去八萬四千氣里〉）。月旦（即每月初一日）之後，六中起九（因九不對六）

（註：九為陽爻、六為陰爻），故三日後（即初三日後）魄中生魂。凡一晝夜（即一天）日魂於月魄中（即陽魂進入陰魄）一進七十氣里，六晝夜（六天）共進四百二十氣里（即初四至初九日），此日前後（即初八、初九日），魄中魂半，乃曰「上弦」。又上弦日後，初十至十五日共六晝夜，魂進四百二十氣里，前後由初四日起至十五日止、共十二日，「日」陽魂進入「月」陰魄，共進八百四十氣里，而該日即初十五日，魄中魂全，陽滿陰位，乃曰「月望」（或稱「月滿」）。故每月農曆十五日，月滿光盈（或曰月盈、月圓夜）。該日，日月由相望而相會。自初十六日為開始，魂中生魄（與初三日恰反），凡一晝夜，魄於魂中進七十氣里，六晝夜（六天）至初二十一日，共進四百二十氣里，而魂中魄半，乃曰「下弦」。自下弦日起，魄入魂中，再進六晝夜（六天），每天進七十氣里，前後自初十六日至二十七日、即共十二日，共進八百四十氣里，而該日即農曆每月二十七日魂中魄全，陰滿陽位。農曆每月二十八日至三十日止，月中尚有餘光者，蓋因六「陰」不盡九「陽」，故三日後（初二十八至三十日）月魄滿宮（月宮），乃曰「月晦」（即看不見月亮）。



淺釋上弦：月亮盈虧現象之一，月亮繞地球運動時，當農曆每月初七、八左右，從地球上看，傍晚時月亮位於子午線附近，月亮形狀約為滿月的一半（概因此時刻魂與魄氣各藏半），亮面朝西，叫「上弦」，似弓之張而弦直。

淺釋下弦：農曆每月二十三日前後謂之「下弦」，亦正半似弓之張而弦直。

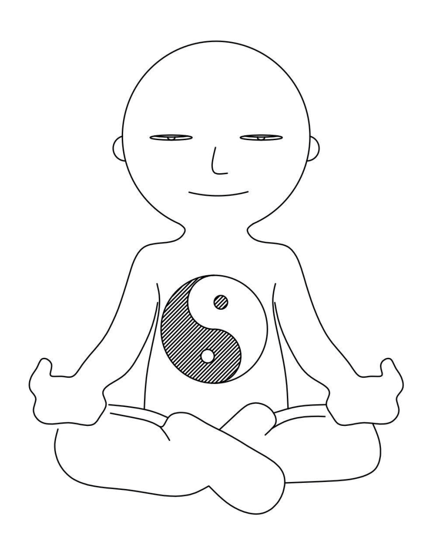
淺釋月晦：月晦日，農曆的每月三十為晦，因為三十是次月初一（即新月）的前一天，月亮隨太陽同升落，晚上就看不到月亮了，會很黑（純陰），所以為「晦日」。

天地升降，日月往來總結論：

天地之機，在於陰陽升降，一升一降，太極相生相成，周而復始，一年一次交合，四季循環，不失於「道」而得長久。日月之躔度往來交合，以分晝夜，其運轉止於月受日魂，日受月魄，盈虧有道，一月一次交合。天地日月陰陽互爕聖功，偉哉大矣！

按：上文參考《呂祖全書》卷二十九〈論大道第一、論天地第三、論日月第四、論四時第五〉。

編者按：修真者，欲離陰陽五行造化，返回先天無極，長久不滅者，需曉達天地升降之理，明日月往來之數。首要從靜功入手，凝神運氣，次為氣血之聚散，使魂魄堅定，兩者聚而為一，復得身體內五行（心肝脾肺腎）相助，以肝（木）、肺（金）為媒導，使腎水升、心火降，真氣生，貫透上中下三丹田（參導讀七修真圖六、七、八號穴），溫養聖胎於黃庭穴（參修真圖七號穴）。倘能煉至三品（精氣神）合一（修真圖一、二、三號穴），兼以外修（積善立德）完滿，則可效法天地、日月長久不滅，更可成真、成仙、成聖矣。修丹過程及譬語，參本書刊導讀七〈論造化生人〉、導讀八〈玄門內外雙修篇〉、導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉及導讀十〈論精氣神〉。



人身猶如一小天地，內五行（心肝脾肺腎）氣與液傳導升降，比若匹配陰陽。真氣生，真息往來，而呼吸之機，比喻橐籥、風箱，沖越上、中、下三丹田，周而復始，自能奪天地之造化，恰比天地升降之道、日月往來之數。

導讀七　論造化生人

前章概述生天、生地、並日月及闡釋天地如何能長且久而不滅，今論述「生人」。

問：人如何生於天地？

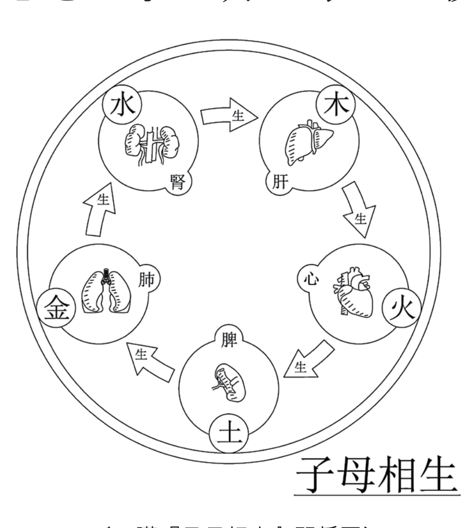
答：本書刊導讀二〈論造人、造物〉，概述五老奉無極聖母命，各自吹五行（金木水火土）之真氣，化造首個童男、童女。日後童男、童女衍生後裔，為人倫之始祖。

問：人之生本乎源於什麼元素？

答：人之生、本於陰陽五行一氣。昔者父與母交，以精血造化成形（即父精母血）。

問：既知人秉先天五行之氣而生，那麼五行與人體五臟有什麼關連？

答：人既受五行之氣而生，其五臟與五行是「子母」及「夫妻」的關係。參本書刊導讀一〈宇宙生成論〉及〈萬物生成圖〉，天地經歷三次互討索後，天積「氣」在上、地



〔五臟『子母相生』關係圖〕

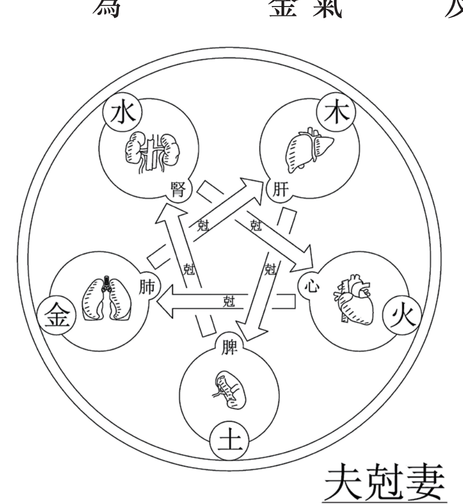
積「水」在下，繼而「氣與水」相合，先互生成「木」：然後「木」生「火」。火生「土」。土生「金」。金生「水」。以上互相生成，生者為「母」，受生者為「子」。人既受五行之氣而生，其五臟「子母」及「夫妻」關係如下：

腎氣（屬水）水生肝氣（木）。木生心氣（火）。火生脾氣（土）。土生肺氣（金）。金生腎氣（水）。

生者為「母」，受生者為「子」。

又，五行互剋，剋者為「夫」，受剋者為「妻」，即：

腎氣（水）夫剋心氣（火）妻
心氣（火）夫剋肺氣（金）妻
肺氣（金）夫剋肝氣（木）妻
肝氣（木）夫剋脾氣（土）妻
脾氣（土）夫剋腎氣（水）妻

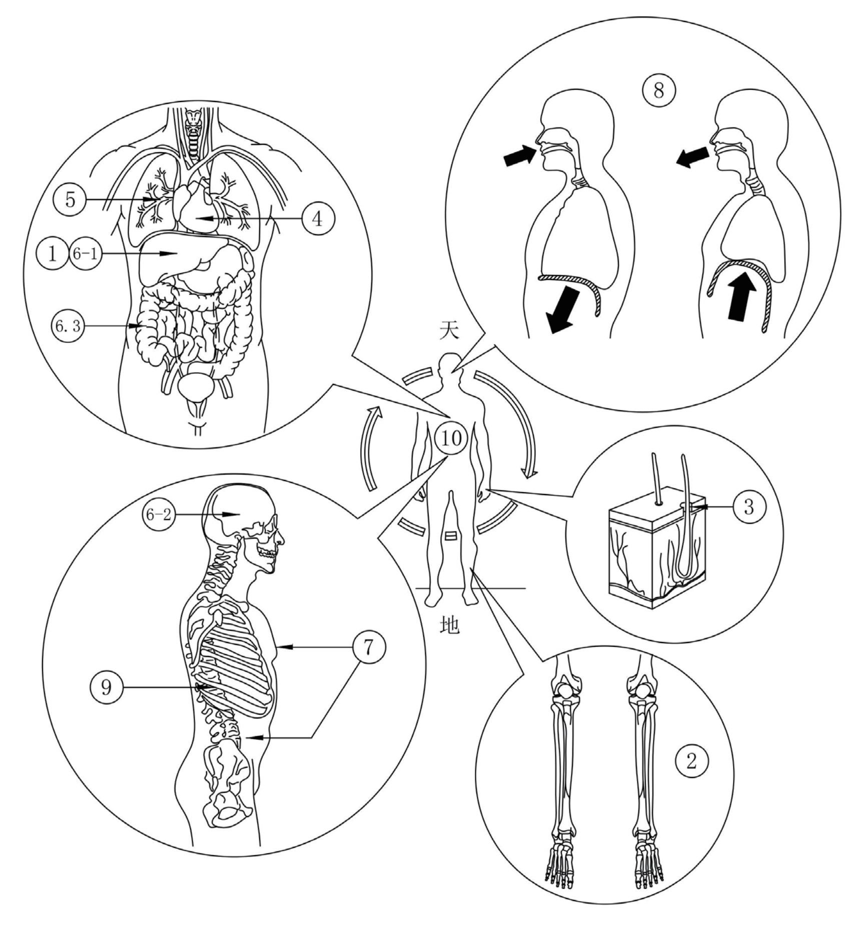


〔五臟『夫剋妻』關係圖〕

問：已知人之五臟，本於陰陽一氣，相生相剋以為夫婦、母子，那麼夫婦、母子又如何與天地互為相依？

答：惟人也、頭圓（得陽而近天）足方（得陰而近地），有天地之象，人身如一小天地，身外屬陽，身內屬陰，既具陰陽，可效天地升降，日月往來，水升火降，魂魄相拘，逆陰陽，弄五行而返先天，還原太極。人身主要器官、五臟六腑，法天象地而生，自成山河大地規模，對照如下：

1. 五臟：心（火）、肝（木）、脾（土）、肺（金）、腎（水）—五臟秉先天五行之氣而生，前已闡述。
2. 人之一身，有三百六十骨節，如天地一年升降交合一次為一周天（三百六十日）。
3. 人身有八萬四千毛孔，天地分位，上下相去（相遠）八萬四千氣里。如前章導讀六〈論天地升降〉所述。
4. 人之心腎，上下相遠，八吋四分，與天地無二等（天地上下相去八萬四千氣里）。人身氣中生液，液中生氣，氣（為陽）液（為陰）相生，與日月魂魄往來同途。
5. 天地之陰陽升降，一年一交合，日月之精華（魂與魄互攝）往來，一月一交合，人之氣液，一晝夜一交合。
6. 身體器官象五湖、四海及九江：



〔人體五臟六腑，百骸九竅，法天象地圖〕

1.　五臟。
2.　骨。共三百六十骨節。象一年一周天。
3.　毛孔。共八萬四千毛孔。象天地相距八萬四千氣里，一年升降一次（周天）。
4.　心腎。上下相遠八寸四分。象天地上下相去八萬四千氣里。
5.　肺氣液。五臟之一。人體氣液，晝夜交合一次。
6.1 五臟液。象五湖。
6.2 腦，髓海。四海之一，象四海。
6.3 小腸。象九江。
7.　身外屬陽。身內屬陰。
8.　呼、吸。（陰陽升降）　吸而入也→則為陰、為靜、為無。
　　　　　　　　　　　　　呼而出也→則為陽、為動、為有。
9.　脊骨共二十四節。象四季二十四節氣。
10. 頭圓：象天。足方：象地。

五湖者—五臟各有液生：東方曰肝液、南方曰心液、西方曰肺液、北方曰腎液、
中央曰脾液，謂之「五湖」。

四海者—心為血海、腎為氣海、腦為髓海、脾胃乃水穀之海，謂之「四海」。

九江者—小腸二丈四尺，而上下九曲，乃曰「九江」。

7. 人身內屬「陰」，外屬「陽」。

8. 人之一呼一吸者，乃陰陽升降之氣。一呼一吸，天地人三才之真氣，往來於十二重樓（即咽喉）。一往一來，是曰一息。晝夜之間，人有壹萬三千五百息，呼吸之間，可以奪天地之正氣。

9. 人身脊骨二十四節，自下而上，象四季共二十四節氣（每季六節氣）。

問：修真圖是代表什麼？

答：修真圖乃全真祖庭北京白雲觀❶珍藏，顯示人體小天地，以助修真煉道者（丹道），行修丹法。

邱長春祖師西歸回來居此，從此白雲觀聲名大噪。

今按修真圖※淺釋主要宮、竅、穴、內丹名詞及其行修坐煉功能：

（一）精　（二）氣　（三）神

※修真圖請參閱書末頁

❶ 白雲觀：「全真道」第一叢林。在北京西城區，始建於公元一二二四年。

三者又曰「三品」或「三清」。人之初生，均具三品，三品附於人體，其功能為：「神」為人身之主，「氣」為人身之活。「精」乃人身之靈，或曰「精英」，三者缺一，其命即絕，常人壽緣既盡，神先出，氣即絕，精始散。三者既散，永無復合。三者亦先後而離。「精」還於**乾**（即八卦之乾宮），「氣」回於**巽**（八卦之巽宮），「神」返於**离**（离宮），是謂「三回初服」。三品之運用，詳參本書刊**導讀八**〈內修篇〉第二章〈神氣精之運用〉及**導讀十**〈論精氣神〉。

常人滅後，精還「乾」，氣回「巽」，神返「离」宮，永不復合，是謂「三回初服」。

（四）壹年共二十四個節氣，冬至之後（陽曆十二月二十二或二十三日），陰盡而陽升，夏至之後（公曆六月二十一或二十二日），陽盡而陰降，即太極相生相成。天地升降一年一交合，周而復始，人身亦壹小天地，「氣」「液」往來，一晝夜一交合。

（五）日月魂魄互攝，自月旦（初一日）起至三十日止（月晦日）往來交合一次。煉道之士，比若日月之躔度交會，止於月受日魂，以陽煉陰，使陰不生，以氣養神，使神不散，陰盡陽純，月華瑩淨，消除暗魄，如日之光輝，照耀下土。（參本書刊導讀六〈天地升降、日月往來〉。）

（六）上丹田（泥丸）為藏「神」之舍。

（七）中丹田（黃庭穴）為藏「氣」之所。

（八）下丹田為藏「精」之所。

（九）橐籥：粵音托若，即巽風。比喻風箱，振動內氣作用。靜坐煉丹，運煉內功時，口鼻出入呼吸之氣為風。人體之中，氣動則風生，風既生，火即燃。文火、武火調節均勻，進退得宜，爐火之升降，推使內丹上下運行，駕動「河車」❷。運轉「真氣」流轉周身：竅、穴、田、脈，溫養聖胎於黃庭穴。

（十）任脈：為陰脈之海（主血）。修真者龜納鼻息，呼吸沿肚腹正中上行，過胸腹至咽喉（即十二重樓）（十三號穴），經舌（舌舐顎）、又名「鵲橋」❸，連接「督脈」（十一號穴），二脈（任脈、督脈）通則百脈俱通。

❷ 河車：內丹名詞，即以意（土）領氣，使真氣通任、督二脈上下運轉。

❸ 鵲橋：即舌。人出生後，「任、督」二脈中斷，而兩脈任、督之間，原銜接的地方，稱為「鵲橋」，通過舌頭舐上顎，人體「真氣」始能貫通。

（十一）**督脈**：（主氣）。為人體陽脈之總綱。此為「先天」「後天」之分界線，世稱「督脈、玄牝之門」。倘真炁自「尾閭穴」（十二號穴）、沿脊柱（即背身）直上通上丹田、下降而還中丹田、下丹田，與「任脈」連合，真氣周身流轉，先後二天相連而通越「玄牝之門」。

（十二）**尾閭穴**：尾閭穴乃上天之徑路。內外相通共三路，上通夾脊（十四號穴），直透頂門而上泥丸（上丹田），通一身之骨髓。

（十三）**十二重樓**：即咽喉，共十二節，通達清氣。

（十四）**夾脊位**：是我身脈、藏轆轤（若井上汲水的起重裝置）在中，左為太陽，右為太陰，陽升陰呼路，通天柱穴，此穴薰蒸關竅，下湧泉（腳底穴），上通泥丸、絳宮（十六號穴）、降下丹田（八號穴）。

（十五）**玉枕位**：此關為上天逆行之徑路，初通內氣者，最不易通過此關。用陽炁方能冲通，化生真炁至鵲橋（舌）。

（十六）**絳宮**：煉神室之所，又名「姹女」。乃龍虎（即心腎氣液）交會之穴。

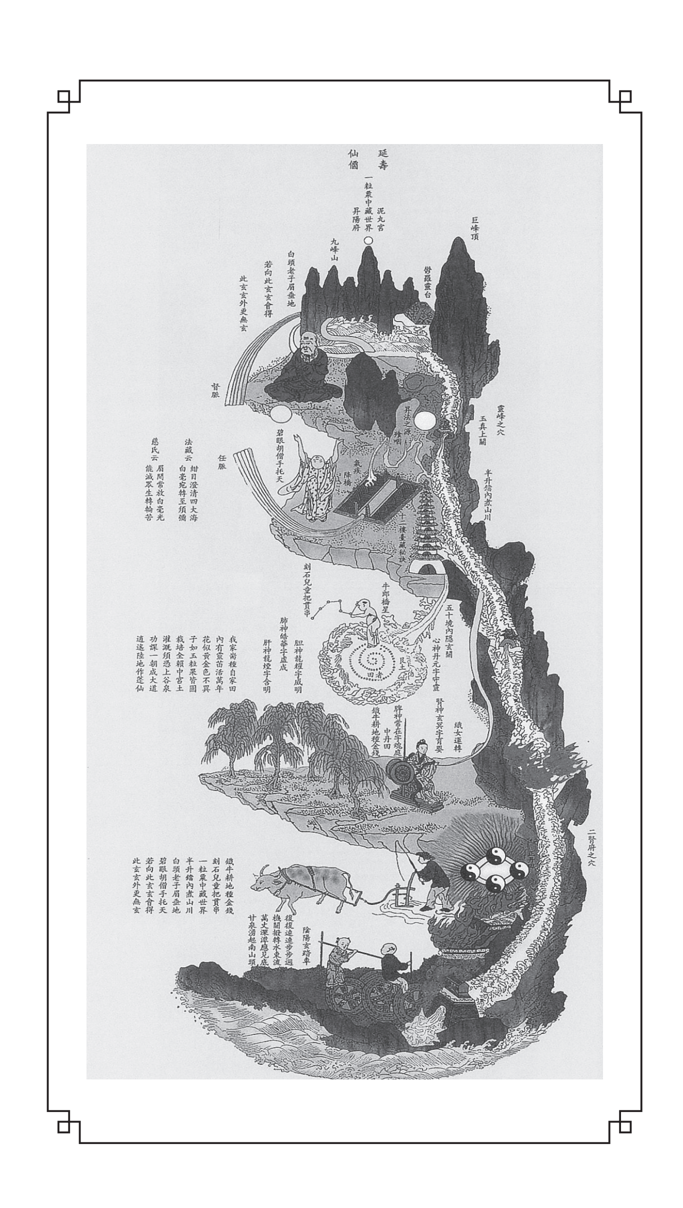
（十七）**魂**

與

（十八）**魄**：人有「魂魄」，魂屬先天（為陽）、又稱肝神；魄屬後天（為陰）、又稱肺神。人之生也，魄先結於胎，魂附之於後。人之死者，魂先離去，魄始腐壞。如是魂魄相離，六神無主。（六神：五臟即心肝脾肺腎、合膽腑之神為六神）。內修者，須煆煉使魂魄堅定，兩者聚而為一，結於「黃

庭」，出入泥丸、丹田。　又：「魂」晝寓目、寓目能見。即白天「魂」以目為官，故能目見事物，所見者為實景。肝中有三魂名曰：「爽靈」、「胎光」、「幽精」。「魄」夜舍肝，舍肝能夢。即人昏睡後，魄止宿於肝，人做夢時，乃魄使然之虛象而非實境。與白天魂目見實景恰成相反。肺藏七魄名曰：「尸狗」、「伏屍」、「雀陰」、「吞賊」、「非毒」、「除穢」、「臭肺」。

【內經圖】


延壽
仙僊
泥丸宮
一粒粟中藏世界
昇陽府
巨峰頂
九峰山
白頭老子眉垂地
若向此玄玄會得
此玄玄外更無玄
夢羅靈台
督脈
雲峰之穴
玉真上關
昇法之源
雙明
碧眼胡僧手托天
氣珠
降橋
任脈
法藏云
紺目澄清四大海
白毫宛轉至須彌
慈氏云
眉間常放白毫光
能滅眾生轉輪苦
半升鐺內煮山川
十二樓臺藏秘訣
刻石兒童把貫串
牛郎橋星
五十境內隱玄關
心神丹元字守靈
肺神皓華字虛成
膽神龍耀字威明
肝神龍煙字含明
我家尚種自家田
內有靈苗活萬年
花似黃金色不異
子如玉粒果皆圓
栽培全賴中宮土
灌溉須憑上谷泉
功課一朝成大道
逍遙陸地作蓬仙
腎神玄冥字育嬰
織女運轉
脾神常在字魂庭
中丹田
鐵牛耕地種金錢
二腎府之穴
鐵牛耕地種金錢
刻石兒童把貫串
一粒粟中藏世界
半升鐺內煮山川
白頭老子眉垂地
碧眼胡僧手托天
若向此玄玄會得
此玄玄外更無玄
陰陽玄踏車
復復連連步步週
機關撥轉水東流
萬丈深潭應見底
甘泉湧起南山頭

人生結論：

天地陰陽造化，父母交會，得成人身，五官百體，法天象地。三百日胎完離母，五千日氣足（即年約十四歲），方其時身中陰陽之氣各半，可比東日之光。惟過此日後，「先天元陽」之氣漸失，即此日後陰氣漸盛、陽漸衰。真氣耗散，兼受後天人海諸般情慾所困、萬物所搖，諸如：

七情：喜、怒、哀、樂、愛、惡、慾。

喜多傷心　怒多傷肝
哀多傷肺　樂多傷脾
愛多傷神　惡多傷情
慾多傷腎

六慾：色、聲、香、味、觸、法。

眼觀美色心起淫念　耳聽邪音心出穢言
鼻聞香味心思飲食　口貪生靈心開殺戒
身貪淫慾心動妄念　意追邪情心起思維

三毒：貪、嗔、癡。

四關：酒、色、財、氣。

及其老也，情慾之縱更深，陽盡退而陰盡生，氣弱病死，到頭來贏得一坏黃土。

欲離六道而入聖域，欲存性命，重會道真（即先天太極無為聖道），則非「修性葆

命」不可。

問：何謂「修性葆命」？

答：人未生也，先天無形之「性靈」，與道合一（即無極至道），與仙佛同體，故曰「混元」、或曰為「性」。父母交會，身從胎結，「性」入後天，名曰「胎元」，性既入後天有形之體，乃曰為「命」。

問：性既入後天，如何能養，命如何能葆？

答：先天性靈，入後天之途（凡夫出生），成我身形象，遂與「道」離。及其成長後，受七情六慾之蔽，隨諸惡趣，迷己迷人。欲返先天，重現「真元」，則非「修性葆命」不可。此即謂「煉性歸源以葆真」。修持之法，先修身心，使意行俱靜，再修其體。

問：如何修其體？

答：繼修持以葆真，再「煉性」以「養命」。養者—養性、養命、養身、養心，猶以後天一「氣」，更應培養。「氣」為人身之意馬，即心如猿、意如馬，難羈難制，動則上冲宵漢，四時含火，刻刻燒燃。氣動則七情動，六慾開。故道家之修養，先平抑其氣，以保性命之源。若養一氣於無形，則性命身心，較易養之。

問：既明先養性葆命，然後行修煉之法，修煉之法又如何？

答：「修」者，則應從一「煉」字為主（即內丹修煉）。先從定靜入手，龜息吐納（呼吸）為調。次則為效法天地陰陽升降，匹配、聚散、交媾自身五臟氣（陽）液（陰），使水升火降（腎真水心真火），肝（木）肺（金）氣液傳導，如日

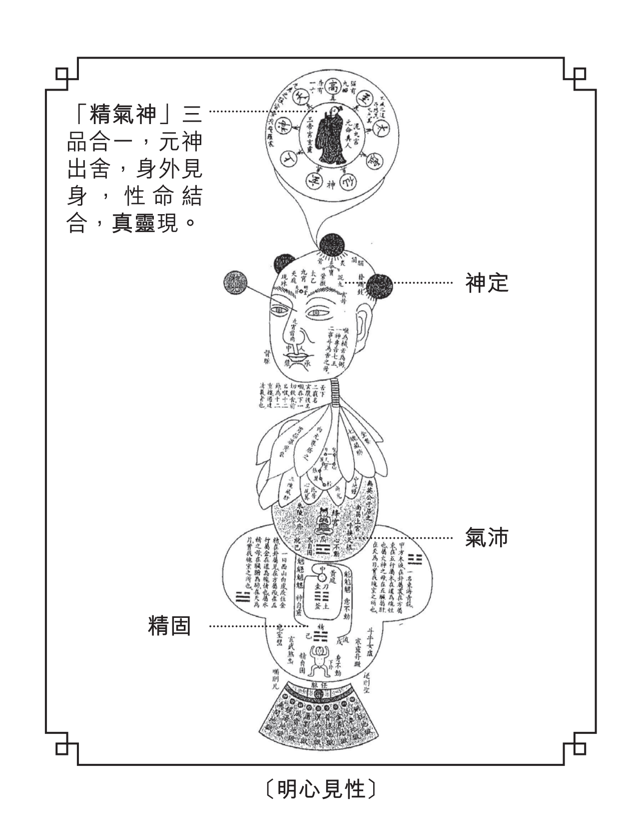
月魂魄往來（參本書刊導讀六〈論天地升降、日月往來〉）。若煉至「神」為之定，「氣」為之沛，「精」為之固，不受四時（春夏秋冬）所限，能修至寒熱不知，朝夕不覺，水火不侵，土不能淹，自我之體，混元天體（即由後天返回先天太極，還原朝聖道）。功行至此，則「性與命」、三品「精氣神」結合成「真靈」而曰「明心見性」矣。

- 心如猿、意如馬，氣動則七情動，六欲開。
- 養氣先平抑其氣，以葆性命之源。

龜息吐納（調息）

肺 心 肺 肝 脾 腎 腎

〔養性葆命〕



〔明心見性〕

導讀八　論〈玄門內外雙修篇〉

問：已知「順則凡（凡夫）、逆則聖（仙真）」，那麼如何下手修煉？

答：自古以來，道家修煉丹書，如汗牛充棟，目不暇給。「道」指丹道，「丹」者、非色又非味，直指丹乃丹田所凝結之「真氣」，或稱「胎仙」。不可言傳，不可名記，蓋因金丹大藥之言，若不是遇真師，口口相傳，確難知矣。古時真修之士，對於實修的方法、口訣，從來是擇徒而傳，非真人不傳，恐所傳非人而遭天譴，此即所謂「口口相傳不記文」。故算是三傑之才，十哲之智，百端揣度，推測文意，亦終不能下手，結就聖胎。所謂：

饒君聰過顏閔❶，不遇名師莫強猜，只為金丹無口訣，教君何處結靈胎。

〈孚佑帝君〉純陽呂祖，發大慈悲願，引導蒼生，欲使世人離六道，覺岸回頭，還原道真。千百年來，行而不斷，仙敬神欽。

善緣於七十年前，西曆一九四六年，呂祖師邀得太上道祖降凡，於廣州越秀小北觀音山腳之「宏道精社」壇內開演《玄門內外雙修篇講》。道祖演〈內修篇〉、

道統由來
玄門內外雙修篇　撰刊
道教明善學院刊印
免費贈閱

呂祖講〈外修篇〉。外修綜論先後天性靈，造化之理，陰陽順逆、性命雙修。內修則綜述全真門內現（即內丹築基）煉性之法，元關竅運，火候調節及「精氣神」三品之運用，如是系統以論外、內之道者，能以顯真諦，破奧穿玄以傳道法於人間，俾修真者明道理，悟玄功，易於了然入手。並由真傳鸞手，即前韶關曲江「覺善精舍」（一九四四年）、廣州「宏道精社」（一九四六年）、香港「圓玄學院」（一九五三年）、「玉清別舘」（一九六五年）闡道創辦人〔靈都子〕謝顯通執鸞。惜以天命所限，三易壇場，至謝顯通道長歸位前（一九八九年），〈內修篇〉面世章續講至二十章，〈外修篇〉面世章二十一章，內外修篇講仍未完竣。太上道祖鑑於世人修丹志堅不足，未允一氣呵成，頒演全部篇講，惟已將餘下未頒演之面世章，傳錄存於天上「玉清虛宮」（即呂祖師處理道教人海及地府事宜之天上辦事署）。何時公錄於世，則殊難逆料也！惟此一〈內外聖文〉，自付梓以來，廣受各宮觀道堂及十方讚讀，爭睹為快，並自行輾轉翻印流傳。今值此機緣，附錄〈內外修篇〉於後，使讀者易明「內丹修煉」程序及自身之內反應，後再按《鍾呂修真傳道集》，抽撮大略，與《太上道祖內修篇》聖文，互研細參，同倡聖道玄風，修真共證，是所願也。

問：凡夫為何要從「內修」做起，始能返先天之途而不入輪迴之域？

❶ 顏閔：即孔子二名賢弟子，顏淵和閔損，二人以智慧德行稱名。

答：前章導讀七〈論造化生人〉論述人生於天地後，原性（先天清白元性）一入後天，隨年漸長觸及世情事後，七情、六慾、三毒、四關、種種情迷困蔽，遂使原性失常。欲自了性歸源，重會道真則非養性葆命不可，養性之法，須從內修（靜坐內煉）入手不可，詳參附錄〈玄門內外修篇〉。

問：靜坐時，雙目如何得中（適當）及鼻息（從鼻腔出入的呼吸氣息）之往來若何？

答：靜坐時，雙目垂簾得中，恰好望見鼻端（借鼻以為眼之準），蓋（若）太閉眼則失之內馳，易於昏沉。眼大開則失之外走，易於散亂。氣靜神凝，收鼻息之往來。

「息」有四種相：

一風二喘，三氣四「息」。「風」「喘」「氣」三者為不調相，「息」為調相。坐時鼻息出入覺有聲，是風相。鼻息雖無聲，而出入結滯不通，是喘相也。息雖無聲，亦無結滯，而出入不細，是氣相也。坐時無聲，不結不粗，出入綿綿，若存若亡，神資冲融，情抱悅豫（歡悅），是「息相」也。守風則散，守喘則戾，守氣則勞，守息則密。前三者「風喘氣」為假息，後為「真息」。初習靜者，以「調息」為入門，使心有所寄，神氣相守，亦權法也。

注意：調息與數息不同，數為有意，調為無意。委心虛無，不沉不亂，息調則心定，心定則息愈調。真息往來，而呼吸之機，自能奪天地之造化。心息相依，是謂息息歸根，命之蒂也。

外修篇

癸巳（一九五三年）五月初一日

呂祖先師主講：論道

大道之行也，沛乎天地之間，道無形而運行日月，道無體存於眾生之中，道無量可載萬物，道無窮可燮陰陽，一道之微，超然於宇宙之間，一道之妙，配三才之主，先聖云，道也者不可須臾離也，先哲又云，朝聞道，夕死可矣。可知一道之大，萬物均不可離，更知一道之得，死而無憾，生不見道，歿而見之，謂之曰證道，生而有道，化而成道，謂之曰果證真道，生為因，滅為果，因果同證，故見真道，道之微妙，既不見，亦不聞，更無色，亦無觸，五蘊不沾，七情不染，又如雷電風馳，瞬息失其所在，若有若無，似實亦虛，靜若處子，動似風雲，降本源於微末，發自性於天心，天心有道，人心好之，此道之合因也，天心向道，人心惡之，此離果也，道居何處，住在人心，道行何處，繞日月而隨五行，人心住道，天地行道，此道之源也，人能行道，天地得常，此道之本也，源本匯合，能見真道，道既在人心，心念道動，心寂道靜，此道之皈止也。道可有亦可無，道可生不可滅，天生斯道而配於人心，行諸人身，合諸人體，身心兩正，道不離行，了源皈一，天人同合，道始可見。溯自　道祖創道以來，所歷寒暑，已見經史，但中道患得而患失，屢興亦屢敗，或有行而不全，或斷而不續，此雖曰道運之所致，實乃由人之所為也。吾道自創教以來，混元一炁，

不設支流，三位一體，以傳道真，故謂之全真聖道，此道以天地正氣，配於人而證斯道，養三才之浩氣，了陰陽之順逆，透五行而出四關，使眾生見性皈源，明心自抱，此為吾道之主旨者，豈料世代相傳，中途化道，遂至一脈之來，分途而往，遂成虎犬不分，龍蛇相混，名堂各異，正道左傳，遂使道法不勻，執法亦異，統系既雜，道義不均，由此而生多神之道，傳至晚近，左右之道更多，法門從此亦生變幻，故近百年，教義不振，道學衰頹，實由此而致之，欲興吾道，非一貫實踐全真行於正道，不為真功，倘入旁門，錯行異道，其道偶或得之，亦難皈正統，世人不察，誤入歧途，遂致誤道誤人，終而誤己耳，道者途也，途者路也，習道如行路，行路循坦途，道在前，進可尋之，尋而見其真，始覺道之真理，不進則退，退則不現，而生無有之着也，故一道乃人生之康莊坦途，莫貪小徑之捷而誤入迷途也。道亦佛耳，佛道均在人心，心即是佛，心亦是道。

老君無為道，如來說色空，二者同一理耳，習道貴專，學道貴誠，行道貴真，篤道貴虔，修道貴養，養道貴煉，信念彌，身心正，則徹悟還源，自證歸一也。

第一章　陰陽造化

萬物之生長，取和合以得生，其生機有賴於陰陽配合而成育，萬物之滅，失其養，缺其培，陰陽失序而消失也，獨陽不生，孤陰不長，育而不培，雖造亦化，日月足以觀陰陽，晝夜足以表陰陽，萬物之生長循環，莫不賴二者之調攝也。正如一草一木，倘以純陽育之，或以純陰培之，花木豈能得養耶，又譬之曰，終年得晝而不得其

夜，人有勞作而無安息，人焉可得以養生耶。造物有時，化物有定，正如蜉蝣朝生而暮死，其順時而生，定時而滅而已，人生於宇宙之中，數十寒暑，雖曰物換星移，春秋幾度，其實正如蜉蝣一樣，百年亦如朝夕耳，造物化物，化了又造，此消長循環之理，陰陽和而草木興，不觀乎旱亢成災，或暴雨成潦，此無他，陰陽不和耳，人之體亦如是，外屬陽，內屬陰，人之有疾病，其本體之陰陽，必因不攝不調而有以致之，陰陽為五行之主，為萬物之父母，生滅化造，皆從二者而得失之也，欲習道者，先明是理。

第二章　先後天和性命

大道運行宇宙，混元得配人身，此人道之來由也，應感得配，來自先天，因緣數滿，去返後天，來則自如，去不由我，此人道之順陰陽而出入於俗世也。先天混元，後天胎元，先天無形，後天有形，先天為性，後天為命，性命兩全，得成人道，人未生也，先天之性，處於虛無縹緲之間，性之靈，與道合一，道行何處，性靈附之，不見不聞，與仙佛同體，故稱之曰混元，迨至三身會合，得成我身，身從胎結，故曰胎元，胎元既結，乃有後天之命，性靈一入後天之途，復有我身形象，斯時也，遂與道離，從虛無之境，而入着實之界，此先後天與性命之所由來也，欲存性命，重合道真，欲修凡體，以保天真，則非從養性葆命不可，命有定，性無為，能修性，即修命，性命雙修，修至重會混元，亦即由人道而證仙聖之道耳，欲窮性命，欲了凡塵，一道可能了悟也，所謂歸真返樸，即從後天轉返先天耳。

第三章　入世出世

人生於天地間，憑陰陽以造化，數十春秋，等如夢幻泡影，入世還諸出世，正如四時有序，序時而生，應時而歿，等於春生夏長，秋收冬藏，天時之有順序，正如人之了於生滅而已。數十人生，轉瞬即逝，光陰既如白駒過隙，老死少長，混沌一生，了卻生死，順陰陽而歸六道，此凡夫也，譬之蜉蝣，朝生而暮死，死死生生，無期無盡，是故先哲教人以修身，此入世間法也。仙聖教人煉性歸原，此出世間法也，人之生，其來也靜，其意也善，其念也清，一點真元，抱懷不散，及長，外受萬物之欲，內遭七情之困，遂使清淨之體，蒙受污濁之沾，本有真元，頓覺陽衰陰盛，及其老也，情慾之縱更深，陽盡退而陰盡生，遂致人生了卻。到頭來贏得一坏黃土，生既不知其生，死亦不明死所，玄妙篇有云，我雖不明其生，我應知了死之原，釋家曰，來自東土，去自西方，明來明去，是大智慧，今世修道之士，雖不明來，應知其去，欲明其去，自應修法以求真，天地既生我，而能自我不滅者，此上乘造化也，如何不滅，遠情欲，棄三毒，培元陽，返初服，智慧頓開，自明生死，慈悲自現，了了坦途，不生不滅，而離天地造化所拘束，遂使還入世而出世也，學道者明斯理焉。

第四章　虛實之道

道之所貴者，貴乎虛無而無實相，實者虛之始也，虛者實之終也，實即滿，虛即

謙，古哲有云，滿招損，謙受益，此雖儒者之道，實亦道之道耳，天地未生我，而我已存於天地之中，名雖曰我，實無所我，我既生於人間世，名曰有我，不見虛我，既有我體，即為實相，實相所受，為一切有情所累，萬欲所繫，舉凡一切受、想、行、識，諸念所生，皆從實相之後覺後識所縱者，虛相則不然，我體不在天地間，既不受情欲之縱，諸識之累，舉凡後天般般事物，皆能先覺先知先明先悟，故能來去自如，既無五蘊之沾，更無七情之觸，實為有，虛為無，宇宙萬物，從無中而生有，再由有而化為無，此亦即虛實之相因而生滅耳，欲得其道，先從煉實還虛，實相不除，虛無不現，譬之一濳心煉道者，心堅意定，行藏法固，而實相刻刻存諸於無形，仍成實相存心，故雖有多年道行，亦難乎果證抱運，所得之道功，只證於神道耳，君不見諸大菩薩，能化億萬千法身者，此無他，虛空之變幻耳，倘以實相而化法，所化者亦只一實相耳，至還虛之道如何？容待後闡述之。

第五章　順逆之理

大道行於天地之中，天道至聖，大道至公，舉凡一切眾生，順天道者則存，逆天道者則亡，此天理也，惟修道者，對於陰陽調燮，則順逆之理恰為相反，道書曾言，逆陰陽之謂聖，順陰陽之謂凡，此何故哉？陰陽之道，即生滅之循環，萬物化育，不離生滅，亦不離於陰陽五行之道，修道之士，若任造化循其自然，順四時，順陰陽，隨五行之變化，其結果難離六道，故曰此凡胎也，欲求真道，必先逆陰陽而弄五行，不受四時所限，能修至寒熱不知，朝夕不覺，水火不侵，遇金而不傷，遇土而不淹，

逢木而不枯，天地之體，配於我體，自我之體，混元天體，能如是，則離生滅，進而不生不滅，天地造化，，縛束萬物，能進是境，則造化由我，而不由天地所拘束矣，入斯境界，聖道已得，微妙之玄，頓有所覺也。

第六章　善惡與因果

天地有道，道在虛無，人有善惡，正如太極之圖，一善之格，黑白分清，然黑者中有一白，白者中有一黑，此何徵也，天地未生人之始，先付人以善惡，白者有黑，蓋表善中有惡，黑者有白，亦表惡者有善焉，人海之中，萬象俱備，倘人間世，只見其善，不見其惡，或見惡而不見善，則芸芸眾生，無分善惡，則無復皈止之期，如此無形中，已無欲界之存在，人生於世，起止均在欲界之中。人之入世，本性明，性亦善，及其長也，為欲界之諸欲所累，諸情所擾，性亦隨之而變遷，善已不見其本源，而惡者朝夕環繞其身心，是故去善近惡，然惡者亦有其良知，良知者，性之蒂也，善者雖善，仍存意識，意識者，萬欲之芽也，能全善即為完人，今日之世，除真修之士，養性至純清者，可稱為一完人，餘不多覯也。

因者起也，果者終也，俗諺云，種瓜得瓜，種豆得豆，此即謂如是之因，收如是之果，欲明前因，今受者是，來世如何？今作者是，此釋家因果論也，因果之道，例必循環，正如四時有序，一春已去，明歲復來，因果之相因相乘，其事績已多顯露於人世間，奈何世人每得因果例證，作為偶爾之奇逢，此實世人未明其真道耳，一心之念，亦有其因果之理存在者，此為無為因果論，因念乃屬心生，心中之像，外人不知

者，故心念一善一惡，亦生因果之道，是故一念之微，亦不可隨意識而種惡因也，舉凡修真之士，除應明善惡，養身心外，以至一心之微，亦不可常妄也。

第七章　養性葆命

凡修道者，必先了性命之源，始可有得，性者先天之始也，命者後天之源也，始源相合，是謂雙修，天性重，人性敏，天性輕，人性愚，入世者，每有賢愚俊肖之分者，莫不以先天之元性以為皈止，命既為後天之源，則有分富貴貧賤之別，命乃夙道源泉所結，根源深厚，善因深重者，則成富貴，若器小因簿，則納貧賤之門，此乃性命之異途而歸一也，但修道之士，既以一道為出世之依，則勿論賢愚俊肖，富貴貧賤，均應以一道之所在而尋求道之本源，欲證本而歸源，則非先養性後葆命不可，性既附於人體，如何可養，養育培育也，人之性與道之源恰成相反，譬之曰，道好寧靜，而人好鬥勝，道主清，人主濁，道無妄，人有念，道不沾七情六欲，而人之性偏愛之，道無量，人性有量，道重三清，而人則千千萬萬自趨於俗海污泥而不自覺，欲養其性，與道合途，同途則同路，同路即合道也，道之所惡者，人必喜之，道之所喜者，人必惡之，養性之士，其能明與道合真之旨者，即明養性之道也，葆命之法，命既為後天所有所定所繫，則命必有其時以應生滅，守四關，慎行藏，遠三毒，棄六欲，得陰陽之調燮，則命門當能持久，則煉道之機當較為大，俗世之士，每多自我遺棄者而不覺，如是雖智亦愚也，道偈云，萬般了了性自通，一了尚存在心胸，如是修真難見諦，最難得到見真功，又云，命門已立見玄宗，隨命修持下苦功，命了了時性

未了，道不窮時我自窮，觀此二偈，可知性命之道也。

第八章　了性歸源

天地之內，既有一道以運行，則道之來去，亦如日月之轉移而已，俗世修道者，應先明一道之來去，一性之所賦，進而修之，始可證道者，性不了則蔽，源不歸則墮，世人每多自蔽其性，遂致墮於鴻溝之中，慾海無邊，輪迴六道而不自覺也，性既為先天所付，原性清白，不染不垢，無物所羈，既入人體，七情繫之，六欲蔽之，三毒擾之，四關束之，五蘊迷，聲色困，遂使真性失常，不知亦不覺，一道之源，正如水之有出處，山之有原脈，其來也出自本源，其歸也復其來源，源在何處，俗世之士，不見亦不聞，尋之既不可，探之更無可，一道之源，結於天地之正中，人身之當中，此為道胎源，經常來去自如，其去也散於清虛，其來也聚於三界，人未生也，一點原源，常清常靜，既生人也，常動常應，欲自了性，先使性清，清而靜，靜自明，明如鏡光，自見本性，欲自歸源，先知來去，來去既知，一覺追源，既明源在，自我反璞，道偈曰，不了性，難分明，既了性，虛且清，不悟源，道不全，萬千澈，尋本源，明源圓處，一串菩提任爾穿，欲了性而歸源，先養自性以葆命，則性能了源自歸也。

第九章　生與滅

天地萬物，莫不在消長循環之中，眾性含靈，不離生滅，眾靈在世，難化有情，

萬物應運而生，亦應數而滅，蜉蝣馬蛾朝生而暮滅，時光瞬息，正如九十之春花，十年樹木，百年樹人，此可證草木之生機，人靈之短促，有生必有滅，此循環之道也，滅而後再生，此消長之理也，萬物既不離於此道，此道為何？六道之道耳，欲離六道而不沾塵，欲入聖域而為神仙，則非不生不滅，而至無生無滅之境，始可為聖為賢者也，生於人道而證於仙神之道，此之謂生而不滅，既入聖境，不再輪迴於六道者，謂之不滅不生，生而知之者，性靈之知也，滅而後知者，性靈之反覺也，生而有道，道在性靈之中，能揭其道而修養之，以善育之，培其本而降其微，盡化一切有情而為無情，用其道以納於玄妙之門，探其途而覓真諦之所在，以無形之道，而證於無形之境，形無而真在，一真抱道中，能證如斯境界，則納不滅之地，若不然，天地生我，我隨天地轉，受一切有情，納一切世間法，順陰陽之序，隨五行之變，如是則性靈閉昧，道發無由，到盡頭難逃滅境，人生如是，恰如花開花落，了無盡期，佛曰：了了無色相，更無生滅相，一切有情者，化盡真色相，如此可觀一生一滅之道矣。

第十章　奧妙之道

凡物之不知其源者曰奧，凡事之只見其相而不明其來去者曰妙，此奧妙之理也，一奧之所藏，納五行而生陰陽，一妙之所在，取兩儀而超太極者，二者均在一道之中，道育萬物，必含奧妙之道在焉，譬之人生，因何而生，眾皆曰，父母之體配合而成，但何時而生？何時而滅？來去之期，則眾生均不能明耳，又如天地風雲，起伏無定，今日雖有儀器以蠡測，但何以仍未能一知全豹，此奧之至理也，更曰，今古之聖

賢仙佛，人皆知其為有也，歷代之神靈顯赫示現者，在所多有，有既為眾生之所認，事跡昭然，既不可抹，然有無之間，又紛爭論，既為事實，似非事實，在無有之間而生一妙耳，此妙之道焉，欲明其奧，先知妙義，欲知妙義，先向道尋，尋其所在而探之，則虛實無有，智覺行圓，均可得之也，此奧妙之附於一道，而一道亦含二者之真理也。

第十一章　覺與悟

覺者明也，悟者通也，覺有感，始能覺，悟無感，頓會則悟，人之原性，對於覺悟之道，刻刻皆能，一入世間，為萬欲所繞，遂使原性之通明，盡蔽於情慾之中，欲使通明回復，頓悟圓覺，非修養莫能致之，凡修道者，欲明其真，欲了其性，若非大覺大悟，難見真全，古今釋道之士，每有修行數十載而不自覺自悟，遂使終老而無一物之得，間有終年累月，修持較佳者而達至小覺小悟，亦有一覺開來，頓成會悟而證大道者亦不乏人。

六祖禪師，其得道之所在，為圓覺至性，頓悟禪機，此八字而已，欲成其道，非真煉真修不為功，將性修持以養命，煉性歸原以葆真，修養之道，言之至易，行之最難，未經修養之凡體，難於覺悟者，修持之法，先修身心，使意行俱靜，再修其體，使其延續以啟覺悟，萬物之明，均從靜處得來，機微之會悟，全憑智慧以貫通，故修持以養生，煉性以續命，此修真之道也，即以吾言之，黃粱一夢者，覺之開端也。

老君化鶴玄機指引者，頓悟之見也，一覺一悟，證道終南，人能大覺，圓頓攝

機，人能大悟，超然造化也，此覺悟之所由來，修持之所得也。

第十二章　孽與障

積小惡而成大惡，積大惡而為孽，聚小惡而不悔，知惡而不改，即成為障，孽有先後天之孽，障則無先天而獨為後天之障，人在世間，難逃二者之侵，後天之孽，或可自明，惟屬先天者，則難於自覺也，天道之道，至妙至微，乃有宗祖之餘孽未除，而加於後人者，君不見世間多有純善之士，而每遭大孽臨其身，世人不察每以為種善者得惡報，間有為惡而吉祥，行諸惡而發揚，不明者，又以為天道不常，倒施果報，每有因此而反道以行，豈知為善不祥者，承先祖之餘孽，應於現世，作惡未殃者，得宗祖之善根餘蔭而未盡耳，此均先天之孽，人能明此理，却孽之法，善因惡果，逆來順受，既知其非己之罪孽，坦然受之，並行善道以培補之，勿尤勿怨，釋心以應，知罪戾之實深，由於先天，當從後天之善德以化，若積惡因而得善果，更應速醒回頭，痛澈覺悟，明此善因由於先天而非由我，當應更勵來茲，若非如是，則昌盡乃殃，餘殃盡亦得昌也，若明是理，自我化之，平其孽而消其障也，至於後天之障，較為簡化，人行惡，行時不察，過後必察，能自察者，刻即自悔，每事必三省而後行，孔聖云，吾日三省其身，又曰知惡必改，善莫大焉，可知一善之餘，可化障礙，一德之行，可却孽殃也，世人明此，亦近道矣。

第十三章　彌篤堅定

彌篤者，耐久而不斷，真誠信也，堅定者，百折而不撓，不移其志也，欲求真道，必具此志，始可得之，入世之士，每以一道之行而生錯雜之徑，雖有正信之念，而行途不一，亦足誤道於途也，一道之大，萬千途徑附之，途雖有別，終歸至善之門，法語有云，異途同歸，法止至善，但宇宙之大，一道處於其間，千道萬途，難使入世者以何途為道，此非足具雙修智慧，難得一履坦途，更有研道者，初行一途，行之不久，有感困頓，又因道玄未見，遂生異途之感，更有以行道已久，而未獲道之奧，不怪己之智慧未開，以為道之難覺，又捨其道而行他途，如此行道，忽而斯路，再而此道，若此以為，半生為道者，始終在於道之途而已，人生幾何，百年瞬息，空擲詔光於一道之途，難見道之真而廢韶華也，入世之修士，欲得出世之門，勿論所行何徑，欲求真効，非彌篤不足以顯真，欲歸止境，非堅定難獲全功，道法有云：不明來處，應知去處，來去不明，落花處處，真我不知，空言真處，真在何處？身心二處，欲窮玄奧，就在這處，此乃道之研修至理也。

第十四章　了明了性

明性之道，貴乎煉真，真修之方，在於真學，了了者，萬法歸源之道也，人生世上，一入世間，諸般染習，均從於俗，俗也者，如水之混濁也，人之本性，在未入世前，了了澄清，恰如水之不動不移，無渣無滓，有如明鏡無垢，用以照萬物，萬物之

本來，一一清清，切切明明，若鏡為塵所封，若水動而自濁，則所照之物，物非本形，物更非物也，性本清靜，先天之所賦，混元一炁，上可觀太虛，下可照幽冥，洞澈無遺，但一入於人海，常動而不靜，性不動而情欲動之，性本明而污垢蔽之，欲求明心，欲見真性，應從動中，逐漸回靜寂之境，欲求寂境，非真修難見真功，明性之方，固非朝夕可能達到，正如一缸之水，屢動而成濁，欲其回復澄清，亦須待以相當時日，修道者，欲明真性，亦如澄水一般，若漸見其清，而無形一動於中，則混濁之象又成矣，明性之道，驟視其理則易，能解而悟行其道者，則難也，難不在於法，而難於行矣，萬物之本，本乎微，萬物之行，行真覺，般般自在，一切皆明，了了真如，自現真性，此為明性之方，真正之法也。

第十五章　循環之道

一道運行於天地中，循環之理在焉，一物之成，一物之敗，雖在數中而不能離消長循環之道者，宇宙之內，一切生物，莫不循此途徑以應斯理，試觀月有陰晴圓缺，令有四季次序，晝與夜週而復始，此天地造物，早已定其循環耳，人道亦如是，人無百年富貴，亦無百年貧賤，事物之興與敗，亦無千年不易者，相消相長，此生彼滅，無時不在五行之循環而週旋，六道之中，亦含是理，循於何道者，當看其因之種於何道而已，人之成敗，應究其始因之端而定其所得之果耳，俗諺有云，人無千年壽，花無百日紅，斯言成理，三界內外，乾坤時轉，天地日月，暗而復明，亦此道也，外修之士，常悟此理，當可助於修行之路也。

第十六章　忠恕之道

忠者，心無二心，意無二意之謂，恕者，了己了人，明始明終之意，先哲常言，處世立忠，待人以恕，能如是，品德兩立，可稱完人，今日之世，人心離亂，兼以人道不常，每多悖行斯旨，嘆人心之飄落，嗟末世之歧途，遂使災害頻仍，天禍隨處，若以立教而言，忠恕二字，應為教者之標，慕道者，更應瞭此以為之，不忠則不敬，不恕則不成，一忠之得，可以留萬古，可以撼河嶽，忠之失也，可以道不成，貽害於萬劫不復，能恕者，惠己惠人，不能恕者，累己累人，古訓又曰，容大奸，則足以亂國，不容小過，必無完人，即曰，大奸不可恕，小失可優容耳，若以處世之方，其理至明，若以立教而行教德，則大奸可恕，小過必諒，尤以修道者，先自明察，然後察人，先忠於教，乃可忠於人，恕亦然也，事事能己恕，再及恕於人，人之可恕者，天必恕之，天心浩蕩，人心徬徨，若人之心，能生天道之心，則天道之心，亦合人之心也，修道之士，每多中道自惑其心，一意之餘，而生二念者，殆不明忠恕之道耳，間有能恕己，而不能恕人，此無他，未明真念耳，篤修之士，欲成其道，自應先修此門，始能抱運果證，惟般般易言難行，最高之妙法，惟心是練耳。

第十七章　智慧雙修

凡人後天之性，通明不易，是謂智，先天所賦予之元性不脫謂之慧，慧從先天生，智在後天啟，二者均共存人之靈感中，人為萬物之最靈，萬物之中，最賦於感

者，亦為人也，是故萬物之修養，獨人能優而修之，善而養之，智慧既在，若能用之，更能善用，則聖賢之域，在在可期，若失而用之，或誤用其要，則深坑一墮，萬劫無期也，慧既為人之根，智亦為人之本，根本相固，則含靈必聚，百感而為一炁，若失之，則根露外，而本不歸源，如斯者，則性已失，道亦亡矣，智慧常存於人體之中，內外不惑，諸念常寂之際，則智通而明，慧生光而潔，此時也，光之所照，萬物俱現，明之所覺，七情均寂，若以一動之，智則藏於本，慧則匿於根，隱而不見，斯際也，情浮於上，欲聚於中，五蘊不常，縱後天之萬欲，而為一身也，智慧雖有，若不修不養，空付東流，間有具備慧根，而終無成就者，棄修養之路，而甘自暴棄耳，可知智慧之雙修，實為道者之必經途徑也。

第十八章　養與煉

夫道之所得者，非真修真煉，難登彼岸之途，修之所貴在於養，凡人之生於天地間，受後天一切之所累，自蒙自蔽，自欺自棄，而不自覺者，此所謂凡夫也，學道則不然，可棄後天之一切，而返先天之至真，正如先天者，清淨之水也，後天者，混濁之水也，濁水澄則清，人性靜則潔，水可清可濁，人之性可穢可潔，是故人之修道，亦如水之澄清，澄清無渣滓，本性自還於先天之途，但道途遙遠，若非堅忍而行之，虛空而為之，則中途必自餒矣，養者，養性，養命，養身，養心，猶以後天一氣，更應培養，氣為人身中之意馬，一動則上沖霄漢，四時含火，刻刻燒燃，氣動則七情動，六欲升，故道家之修養，先平抑其氣，以葆性命之源，若養一氣於無形，則性命

身心，較易養之，迨之養育培補，於身心性命皆臻固境，則應從一煉字而為之，煉者，煉氣，煉神，煉精，為三位一體，此乃主要之門，若至神為之定，氣為之沛，精為之固，能如是，則陰退而陽生，化精氣而存於神，漸入聖途，而超化造，順逆不凡，盡棄後天之渣滓，而返先天之坦途大道也。

第十九章　棄假留真

世間各物，真假俱備，其來處出自於純然者，謂之曰真，模仿而複製者，謂之曰假，人性亦然，故我亦有真我假我之別，先天之元性者曰真我，後天父母生我之性者，即為假我，元性純潔，一入後天，情欲蔽之，轉為人之常性，故曰假我，元性清，人性濁，塵海般般，複雜隨之，一切眾生，處於人與事之中，每多虛偽應之，蓋因事以應物，時刻違心而行，人之原意，本非如是，奈何偽世之中，每因名利之所趨，富貴之所移，心知非是而強形於行者，近世學說曰此，「違心論也」，既非元性之念，此即為偽我，凡一事一物，俱從正道而行，不偏於私，至大至公，博天地之愛以愛及眾生，攝天地之正以正己正人者，如是之念，即真我之性，真假之道，雖發乎於一心，付於行止，究其動念，取諸先天或後天耳，真假既分明，凡學道之士，倘不棄假留真，難登於一道，惟是混沌人海，一刻之間，斷難作眾人皆醉我獨醒之矜持氣節，倘如是以為，又恐遭離群之雁，而受他人遠避譏諷矣，既明其理，行之覺難，如何可行？先從身心做起，古聖所云，吾日三省其身，每事細思始行，心不妄念，身不逾範，勿論何事，進則思止，勿論何言，言則簡潔，處事忠而有信，行必正大光明，

學而習之，則偽漸退而真漸現也，勿懼世人譏，勿嫌修功苦，則年事漸高，純真之我，當在一道見之，修真者，應明斯理也。

第二十章　培浩然之氣

天地之正氣曰浩然，浩然也者，堅剛不絕，銳氣不沉，乃天地純真之象，沛乎於人心，進則可格天地而泣鬼神，藏則凜凜然不可犯者，凡人先天之性，此一氣均具於元性之中，後天既入，遭遇情欲之蔽，起落失常，遂使純剛變化無定，良知現則現，為時不暫，原氣便失，更遇後天之六欲圍繞，變而為嗔火之氣，人之體也，既受情欲之侵，當隨性欲而進退，時日既久，又無煅煉以還初服，則深淵一墮，萬劫不復矣，人之性也，可正可邪者，執中則正，偏倚則邪，因缺堅毅之勇，從而致之，古聖云，慷慨赴死易，而人性之間，瞬息浩氣一起，無生死之念，無愛惡之欲，一念堅貞，慷慨赴死，此忠之現也，又云，從容就義難，若人能此，則非具有浩然之氣，沛而格之，絕難成仁也，如漢之關聖帝，宋之岳鄂王　文丞相天祥等，其能成聖賢者，俱備浩然之氣，有以致之，舉凡學道之士，應明斯理，如何培育？須知氣氣不同，衝冠一怒者，嗔火之氣也，臨難毋苟免者，浩然之氣也，欲修浩氣，先別正邪，去邪扶正，德合天心，天人之心合一，則浩氣常存，由及身而至塞乎天地之間也，正邪既分明，善惡當有別，進而煉道修真，則通天達地，無往而不利也。

第二十一章　道心與人心

一道運行於宇宙之中，既無形又無體，萬物皆可格其真理，凡屬含靈者，得一道之感，亦可超越五行，故雖一草一木，得其道者，亦得真理，道之為物，聚則凝於人心，散之則瀰六合，道心即天心，發乎於靈性之體，心能常覺，覺至無覺，覺遍於空，心能常悟，悟至圓明，則盡達虛空，能聚能散，此道心也，人為萬物之靈，性原清，迨入後天，遭受七情之擾，六欲之蔽，墮諸惡趣，迷己迷人，遂使人心作主，百毒乃生，既不知本來面目，復不明來去之基，更不知修持以葆真，煉性以養命，如是沉痾一再，覺迷而不自返者，此人心也，道心惟微，人心惟危，若能大悟大澈，返本歸原，常維一道之心，則道心生，人心滅，能常住道心，則與仙佛同一體矣。

內修篇

癸巳（一九五三）年五月十五日

太上道祖主講：內修總論

夫道者真修之途徑也，萬物生育於宇宙之中，其一生一滅，均從道中孕之。道育萬物，道含生意，天地間一切生物，以至於無生物體，得道之培育，亦可含靈以見真諦，一木之小，一石之微，均可成真道，綜合以言一道之妙，一炁之得，一靈之聚，一性之明耳。道須養始可有成，養道之法，除善願行外法門之外，則着重內修。內修者，煉性之謂也，凡人入後天，其性必蔽，神必散，氣必洩，精必敗。此三者，俱為人性所傷。人生在世，逃不了情欲之縱，四關之困，三毒之擾，終至陰盛極而陽衰頹，此後天必經人道過程也。如是人生，有生有滅，生滅有定，此消長之循環，六道之輪轉而已，欲求不生不滅，脫凡留真，越凡關而登聖域者，非從養性葆命着實內修之功不可。古之煉道之士，有面壁而修，有丹符辟穀之煉。更有茫然遁世，終老山林，既無門可往，又無法可尋，以一念之堅，以一心之至誠，苦煉苦習，習至智慧開而澈見，乃告功成，間有中道不守，苦行錯覺，不耐於煉，貪圖捷徑，一念之差，中道而廢者，亦大不乏人。此盲修盲煉，非真修之路途也，晚近科學日昌，玄學已漸現於社會，其奧妙雖未盡示於人，惟其玄真，已漸使世人嚮往，兼以釋家禪宗普渡，更使俗世之士，悠然而生興感。吾道不孤，先有玄功悟真之旨，近有迴龍之內秘遍傳

火宅。更復有釋道合參二法同聯之三寶內法，妙法各異，玄理均同，每因人之體各異而生不同的感覺。間有習煉未久，又易他法以行之，有不耐而間斷之。更有偶得一、二門徑，便以為真諦已得，傲視同群，心滿意止，不特不進，更敗於中途也。遍觀今日火宅丹成之士，只得寥寥耳。數載以前，曾允孚佑之邀，在宏壇（宏道精社）（一九四六至一九四八）實施內化之法，後以天運所限，數載中斷。今日圓玄（圓玄學院）（一九五三）闡教，又重邀請，闡述內修之門，為眾生之助外修研內法。故特將全真內現之門，詮合二教易修之法，綜合分章詳為記述。先使眾生明道理，悟玄功，再進而為靜坐修法之旨。將來全部述畢，有志內修者，按步而行，深功自見也。內修本無秘，其所秘者，顧存統系耳。尚冀修真者，勿以得內而弗外也。

第一章　靜與定

真元一氣化三清　養氣須憑神與精
煉到本來無一物　便知見性與心明

內煉之門，今示其概要：

人為萬物之靈，性本清靜，先天之真，已具無限玄妙者。奈何世人不明真性，遭遇後天之眾欲所侵，遂致蔽其玄真耳。為挽救先天之真，除外修外，內煉亦為重要之門。古之聖賢，皆能內外雙修，以入聖域。至內修之法，首以清靜為主，次為氣血之聚散，又次為三品之結，始能七竅相通，言者易，行者難，能行之者，須具有百折不

撓之志，堅定忍耐之心，始可有成。又視乎先天之慧根，後天之夙因，兩者而定之，或若先天強而後天弱，或後天強而先天弱者，兩者或缺其一，則內煉當較遜色也。倘先後皆強，則較易為之。又視乎煅煉之人，其心堅否，其俗塵之務，能否真正解除，是否六欲七情盡皆除去。凡此種種，均為內煉之條件也。

內煉之第一法門，先求清靜。蓋內修者，必先靜而後能定。靜既不可，焉能言定。既不能定，自不能靜也。所謂靜，心之靜，身之靜，五官七竅處處皆靜。須達到焚香而不能嗅，鳴鐘而不能聞，諸色而不能視，諸意而不由心，諸念而不能動於身，諸欲而不能動於口，使六賊閉而六真現，此清靜之由來也。能靜始能定，此乃初步法門。欲內修者，常讀《清靜經》，亦可助一臂也。

第二章　神氣精之運用

內修之法門，首重清靜，次宜為定，已在第一章闡述矣。茲篇所述乃神氣精之運用。

神為人身之主，氣為人身之活，精乃人身之靈。三者又曰三品，三品亦即三清也。三品存於人身，缺一不可。在常人而言，精氣神雖附於人身而不能聚結，肉身歿後，此三者隨軀殼而離去。若有道之士，則能將三者由散而合，由合而結，此乃內煉之所得，亦非天地之間可能成功者。神之位，在於人身之中央，精在左，氣在右，內煉者必先養其神，再提氣與精，神如何能養，則必須靜，再宜定，始能養其神者。神能養，則精氣自能凝結也。如何能運用此三者？須視內煉之人是否定靜耳。至若坐禪之法，釋道各有不同，目前言之未免過早也。是章所示，乃三品之元，倘三品不能運

用，雖坐百年，仍無所得也。

第三章　煉氣煉精培養元神之道

煉精化炁養元神　三清合一聚於身
清靜無為乘鶴去　蓮花萬朵映慈雲

是篇所述，乃煉氣煉精，化精為氣，化氣培神之道。

夫人之身，所能生存者，賴此三者而養之，三者缺一，其命即絕，是故三者不可失，以常人言，三者缺一，性命皆缺，若未經煅煉之人，壽緣有定。正如樹木，枝幹枯，根必萎。壽數既盡，雖天地亦不能挽回人之終也。神先出，氣即絕，精始散。三者一散，永無復合。皮囊既脫，三者散漫於天地之間，如是則不離六道而已。倘在生時，將三者煅煉，死後皮囊雖脫，而三者不散，結聚如一，聚散能自如。若煅煉湛深，此三者更能入石，亦能飛形，入水而不溺，入火而不焚，此之謂神，此之謂仙聖，此無他，三者能聚否耳。世人不覺，不明其真理，便以為鬼神之説。倘明此玄理，見怪不怪也。今以一事論之，水在火中，水沸之時，蒸氣上昇，遇冷又成為水，此理如一者，今譬之於人，氣乃水之精英。水本不能上昇者，但經火之煅煉，便化為氣。氣在虛無縹緲之間，正如人之皮囊雖脫，而其精神仍在天地間也，是理至顯至明。至精如何煉？氣如何化？神如何培養？簡言之，先求心性均靜，再求身心之修養。細說之，氣之煉也，不破元神。氣之化也，結於元神。精之煉也，培其元氣，固

其根本。神之煉也，正其身心，六欲皆避，精之化也，神氣輔之。神之化也，精氣助之，三者雖曰三位，實乃三者一，一者三耳。諸子未參禪功，當未明其奧。倘將來用功之日，不悟自悟也。世之所謂出神入化，只知其表而不明其因，是章闡述三品暴露無遺也。

第四章　內丹之運用

上通中結下虛空　　身在飄搖宇宙中
魂魄兩相成一炁　　丹田出入妙無窮

三品之理，前已言之矣。茲篇所述，乃內丹之運用。人有魂魄，魂者屬於先天，魄者屬於後天。先天混元，後天胎元，所結而成者魂與魄也。人之生也，魄先結於胎，魂附之於後。人之死者，魂先離去，魄始腐壞，如是則魂魄相離，六神無主。是故內修之主旨，先使魂魄堅定，兩者聚而為一，結於黃庭，出入丹田，可貫泥丸，可通上下，常人之丹田，並無奧妙，若經煅煉則不同矣，人之入世也，賴魄以存形，人之出世也，憑精以無形，魂者魂魄之謂，精者三品之謂，是故人有形，仙佛則無形也。丹田之動也憑一炁，丹田之靜也憑一神，丹田之出入也憑一精，禪功既得，三品自合，魂魄亦自堅，始能有玄妙在於其中，二者不得，功虧一簣。內煉之士勿遺忘也。

第五章　三品運用之自如

三品之妙用，前已說明矣。三品之運用，亦說乎其微妙。茲篇所述，乃運用之自如。觀乎神與氣，氣與精，三者乃為一體。氣存於中，精結於下，神居其首。凡未內煉者，三者分離，永無結聚之日，倘經煅煉，則三者集中，而結為胎，更得五行之助，水火相濟，金木相尅，始能通七竅，破黃庭，越丹田，過泥丸，而活動於虛無縹緲之間者。如是則神出於舍，出入自如，安守能定，動則處於太虛，靜則三品合一。能動能靜，始見三清。三清既現，則入化出神，則飄飄然而為仙聖之域，如是始能超凡入聖。至如何運用，則視煅煉者所修之法門如何而已。內修之道，不貴乎速，而貴乎堅，又需視修道者先後天之智慧以為斷。盲修既不可，苦修又不易，最易者按圖索驥，依章行之。倘只用苦功，小則助效微，大者則傷肉體。若盲修更不知其功成之所至也。現所示出者，乃內煉法門之奧理，至若如何坐法？則應視諸子全部明白後，始能示知，外功既不易，內煉亦甚難，倘能內外同修，則近道矣。

第六章　靜坐之主要法門

一點精神可格天　煉真修性養殘年
三清凝結為一體　入聖超凡便是仙

精氣神之修養也，前文屢述之矣。所謂煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛，三者合

一，得其純陽，人之生也，陰陽俱備，此先天之所定。既入後天，俗世之士，縱欲以養生，遂至陰多陽少，陰盛陽衰，性命由此而失，此後天之化也。天地造物，有造有化，能造而能化，理屬循環，由造化而生幻覺，能真覺者，便是真幻。幻覺無常，則如身在太虛而入聖域。先天生人，後天育人，育而能養，養而修，修而煉，則真諦自現。不修不養，不育不煉者，只入輪迴之域，受盡死死生生之造化所支配耳。欲修三品，先求其靜，再求其定。定而六欲除，靜而七情淨，定靜既得，其氣自留，其神自足，其精自固也。天地之大，雖一草一木亦含靈慧。是故萬物皆可養其生，皆可煉其精，固氣養神而得其道。釋家云，靜觀萬物一切了然。道家云，寂無所寂，無為之境立現矣。可見釋道之旨，不外乎同一定靜耳。俗世之士，羈於三毒所纏，六欲所擾，七情所蔽，故難得以靜而致定耳。倘明其旨，能清其心，能制其欲，則瞬息之間，可達靜定。倘能定既靜，一念之起，又回復於物欲之境界，意馬心猿，一念之念，為有着與無着，有為與無為而已。是篇所記，乃靜坐之主要法門也。

第七章　除妄歸定

動靜由來是主賓　一着塵心起風雲
靜主動賓同一氣　真除無妄是為君

人之元神，能否歸納於一氣者，全視動靜能否自如。動則變幻，靜則止一。天地動而風雲變，天地靜，萬物自如，此動靜之道也。內修之士，每有煅煉多時，虛度春

秋，仍未見其門者，此無他，動靜不宜，喧賓奪主，遂使人之身風雲隨處，動時妄念隨之而生，靜時知止於定，人之性也，既為後天物欲所染，六根覺幻，處處沾塵。且六賊乃人之賓，常動於人心，人心欲靜而六賊擾之，性為所困，情亦隨生，譬之濁水一杯，水動濁現，水靜見清，水猶心也。心動念動，心靜意寂。除妄之法，遠六賊而塵不沾，無所覺而幻不生，意欲起而心制之，心欲動而神守之，神欲離而氣固之，氣欲散而精結之，能如此，妄念雖起，隨起隨落，意識雖動，動更不久也。不定不入虛實之門，若能歸定，當知似實亦虛，進至虛無又是一番境界。故凡內修者，應先真除一切妄念，始可入定之門。能入斯門，方可有進也。所述之法，細參研之，自然運用領會矣。

第八章　凝神運氣

出神入化渺無踪　　氣運黃庭一貫通
運用自如無我體　　得丹成處妙無窮

神為人之主，神居人體，朝夕不離。神存則形在，神去則形亡。神有識，即佛家所謂識神也。道家所謂元神，元神乃先天一炁之真，眾生均具，元神一起，一切過去未來先後天之智理，均能現諸於剎那之間，獨惜眾生後天之欲，常閉此神，故甚難常覺真妙。內修之士，所謂煉神還虛者，實即凝此元神，常現於身中耳。此神若有若無，亦實亦虛，覺可悟，似非悟，剎那一現，迅即失其所在。欲留之常住，非以靜如

水，明如鏡，意不動，覺不覺以留之，此凝神之法也。氣在人身，靜如處子，動若風雲，能隨情欲以奔騰，能受七情所驅使，內修者若不能運用之，則功滿十載，仍難見效也。先天之元炁，一入後天，頓成火氣，人火之助，氣則倒行，欲修真者，先平此氣以制火，火不揚，氣則順，凡內煉者，應自運其氣，運氣之法，氣一動，以神培之，在此時間，意不生，妄不起，氣欲揚，神斂之，氣欲隱，神串之。若氣如野馬奔放，神亦不能制其妄，則應求之於寂寂無聞之境界，能如是氣不斜發，直抵黃庭，此乃真內氣也，倘溢揚於內，縱橫四出，突兀不定，此內氣外揚，非真發也。凡屬內修，應先明神炁之用，方不致虛廢時光而無所得也。

第九章　元關竅運

一炁冲開達元關　大小乾坤自我還
爐鼎功成火候至　密梨丹竈可常餐

凡內修者，不透元關例不還。元與玄同一妙用，世稱玄妙之門者，亦即此元關一禁也。蓋此關常禁，常人不得出入自如，能透此關，便入聖域。此門一開，又是一番天地。欲破此門，先從竅轉，竅為天地之穴，子毋混沌而成者。扼元關之鎖鑰，竅能開能合，始可破元關之門，竅常主靜，不易妄動，欲竅揭開，不動焉可求之。朱衣之神，乃中竅守舍，以元陽之真炁貫於黃庭，驅使朱衣之神以為動，動發乎中，藉元神隨之以應，氣離中位，於是左右上下忽而前忽而後，高低奔放，在小天地中，疾時恍

如流星追月，其緩也又如逆水行舟，任其自如突兀，神不截其氣，則竅穴之感應隨之而生，迨至神氣均寂，斯時也，竅納神氣之中，竅穴大開，光明頓見，神在竅中，得氣之助，遂使穴穴透明，竅運復始，始而可復週，週而復始，頓叩元禁之門。若於斯時偶爾妄思一動，則神氣之瀉，又如瀑布，一瀉萬千也。故入斯境，則又以神為主，氣為賓也。初發則氣主，入舍守位則神主，倘能守位不動，竅穴漸合而元關漸開也。此法名為竅叩元關之道，熟習修者，應明此道也。

第十章　精氣互煉

虛無縹緲不知聞　胎結還須煉修真
聖道無為修內體　煉精固氣出元神

人之精英，養內而固外，人之元氣，於正中，精氣存，人則生，精氣敗，人則滅。凡人之體，二者不同處，亦不同謀。人生之初，精氣神三位分別附於人體，人之滅，三位亦先後而離，精還於乾，氣回於巽，神返於離，是謂三回初服。一生一滅，一來一去，來時不見，去時不覺，此人道之道也。至若修真之士，欲返先天之門，欲尋聖域之路，非固本養元，培就聖胎，不為真功。神既為三者之主，精氣為附，欲神見性，則非精與氣互相交就，互成凝結，則難於見性者。二者各居一位，雖動靜不同流，若不使之同合，胎元難結也。育培之法，動則靜止，靜極則生，太虛無妄，不

上不下，不高不低，若恍若惚，使之動靜咸宜，此培精也。氣屬虛無，動則生，寂則止，處於人身黃庭中穴。舉凡動、念、妄、邪、思、意及諸般情欲，均可使氣越黃庭，離位則旋轉於小天地之中，若不納之回舍，則雖有乾坤之法，不足以為者。欲回其位，以精串之，精力既足，串力當大，精合氣合，其位自回也。二者既合，亦即附胎以凝也。再而求諸元神之門，則聖結之道，自在其中矣。

第十一章　從定入虛

萬籟俱寂性當通　真元我自現虛空
歸元抱一超三界　緊扭玄關自照空

習定之法，已闡述之矣。凡習煉者，參之至定，倘不入虛境，則胎元永無凝結。古之禪功，類多擇僻靜之地以行之。蓋取自然之清靜，以助修法之効。人身之天地，亦如宇宙天地一般，天動地靜，其理如一。大自然之境界，動者動，靜者靜，動靜至均衡之界，則定在焉。故求定者，多藉荒幽，憑天地之自然律，以增定境。定之論義，已見除妄歸定一章矣。今須闡述者，乃入定之門而證於虛。故對於定之運用，應更述之。未有定境者，除了無妄念及心身俱寂外，仍常覺幻境般般。此種幻境，似由心生，實非心生，恍覺意念，實非意念，身似浮動，實亦非動，此何故哉？曰外幻覺也。不入定門，當有此覺也。何有此覺？此乃天地之動靜，無形配於人身之動靜，而起此覺耳。若定門一入，憑定力自然消滅諸般覺幻也。虛者覺無也。世間一切所有，

若入虛境，則物非是物，有有俱無。如何入虛？定力生智慧，智與神會，慧與氣通，神氣合通，自如揭發。佛說定慧之智力，為無量佛力，即此故也。入虛之途徑，初感有無之間，再覺如縹緲之煙雲，三覺之際，自覺內體空無所有，亦恍亦惚，有我無我，又如四肢不全，五臟均虛，此時也，萬念俱寂，一點靈犀上下通。但習煉者，習至斯境，切勿恐懼或喜欣，倘此動靜回原，虛境立即而消逝，退虛出定，萬覺如常也。道偈曰，若欲留真在，見空不覺空，此留虛之道也，習修者，細研之。

第十二章　培乾定坤

乾元保育到爐峯　越過難關幾萬重
元神入竅還出竅　都在鼎爐一孔中

乾者元陽也，陽主健，健元有利，利在培育之中，元神不定難取鼎，鼎汞之功，能定而神不守，亦難收穴竅之通。凡習內修者，理宜培育健元，以固乾位，定神不墮以攝真元。育陽之法，外守其竅，內藏其精，氣不動，竅不離，內不溢，精自固。欲其守固，除斷念外，以神化之，神若不足，以氣調之。培者溫暖也。育者保存也。乾為人身養育之主，能善培之，能善育之，則培元之道，刻即可現。神不定難超入定門，即入定境，境中生形，形若虛又若實，若遇此境，其神必動，神動也氣必散，精必墜，斯際霎時間有如騰空而瀉，突退定境矣。此無他，神未堅，精未足，氣未沛

耳。內修之士，每多入定境而未能留連三匝❶者，即此故也。見定門不可即進，須待神全氣足，方可行之。如何神全氣足？內體溫而不燥，外感覺而非覺，修者於斯際必有自覺也，此定神之道矣。培乾以定神，神定而入定，則法法相連，自見其妙也。

第十三章　火候調節

燐寸燃燈燈即明　火燄漸漸向高昇
進退有序憑一炁　內外通明性亦清

內修者一氣之用，自發其爐，爐火之升降，即內丹之上下運行也。初習者多不明，勤習者亦難罄。人體之中，氣動則風生，風既生，火即燃，初發之火，不文不武，有如處於季春，不寒不熱，溫暖以待者。進而氣更動而風更盛，則火當漸揚，斯際之火，正如夏初之間，炎熱之中，略帶薰風耳，此為文火也。再進巽愈動而火更張，當此之時有如炎日當頭，赤帝迫人之威，此武火也。其退也，由武而文，由文而溫，進如四季之順序，其退也如步出台階，按次回復，如此火候，乃屬正常。但修者多未調節，有一觸即升，武功先而文功後。亦有由起至止，全發文功或武功，或有丹爐常暖而不生文武之功者，若如是，雖坐一生，難現真性，調節之法，若只生溫而火不進者，應提其氣以促之，但勿促之過急，務使徐徐而上。若一觸即生武功，可以氣

❶ 匝，音眨，一匝即環繞一周。

按之，漸按漸降，降至不熱不溫，而成文火，但有火既發而不上不下，常盤旋於黃庭之下，若此則須運氣以扇風，風轉而上升，能升即能降，行此法時，神當凝會，勿使氣墮也。火候不足或不調節，正恰如冷火燒炊，其結果不生不熟耳。內煉亦然，修者勿以潛心待之之象以行也。

第十四章　消陰長陽

凡人之體，陰陽俱在，此生與俱來之先天所賦也。陽主健，陰主虧。人生之初，陽則盛，陰則弱，及其長也，受後天之萬欲摧殘，常在七情困擾之中，於是陽之健者，逐漸消失。而陰之虧，隨之而長。及其老也，陽盡退而陰盡生。斯際也，人之體，恰如明燈油盡乾枯以滅。修道之士，，若不明此因，雖有萬玄真諦，亦不能逃避此生滅之路。欲培其陽，必先棄欲，欲除百欲，先淨其心，欲淨此心，先無厘妄，此長陽之法也。消陰之道，固三品以養其身，提自性而格諸念，真修真煉以證真功，摒除內外諸欲，以葆乾元。如此，則陰漸退而陽漸長也。內修之士，明而行之。

第十五章　丹田凝氣

太虛一點露霜凝　一炁沖天掃穴庭
緊將無有從空納　般般都付在丹田

人之體也，有如一小天地。天地之有晝夜四時風雲，雨露日月之明，人體亦如一

也。常人之體，順次序，就五行，隨陰陽而生於宇宙之中。惟內修者則不然，一切皆逆行其道，始可返於先天之中。故凡人皆有老死疾病，此無他，順序以行，有以致之。但逆之者，逆機何處，首在丹田，丹田在黃庭之下，為氣機之樞紐。動靜起伏，反覆變化，皆由此而生作用。順之者，諸位不動，常次常序。逆之者竅竅相動，穴穴相通，位皆變而反常。當此時也，有如晴日之中，風雲陡變，晝可變夕，寒可生暖，此逆之道也。田中有一穴，穴即機之竅，竅透穴而上昇，若不下降，徐徐入黃庭之穴，此際聞昇而不昇，似覺而不覺，亦上亦下，凝成一炁，則庭關不禁，太虛自如，但氣之凝，憑神以輔，始可持久而不脫也。若神不輔之，雖一氣之動，難衝庭竅也。習者宜慎之。

第十六章　玄牝之門

一炁冲開玄牝門　後天突與先天聯
透過竅關真自在　天清地靜好迴旋

玄牝之門，為先後天之分界綫。人之入世，雖與先天恆接者，因有此門之隔，故不能通。生死之道，亦為此門所握。舉凡內修者，若不能透過斯門，則終日枯守黃庭，無法上達，周天不轉，難了大還。故世稱此門為督脈也，顧名思義，自可見之。此門位於下三庭間，握人之主脈。常靜不動，若以禪功行之，因氣之迴環，必經此門之戶。氣弱則旋轉，氣足則突兀。此關之難越，有如竅關之難過者。若氣衝動時，此

門必動，動時，人身之感覺，為之特異，愈動愈異。氣若稍平，動亦稍輒，欲其透過，必憑不斷之元氣而破之。欲維持元氣之彌堅，則須聚精以結，以合元神。二者為之助，則氣愈動而愈堅，氣堅而精更結。精能結而不散，神守中位而不移，如此，氣必能豁然而破。但在此一刹那間，人之感覺似生非生，似死非死，斯際也，持修者切勿因此而有所懷疑恐懼。能越斯門，黃庭之位，必自大開，九轉庭穴，竅關不閉。修者若能堅定，守神聚氣，則丹田一動，直搗泥丸，相機以為修者自覺也。

第十七章　出入玄牝

調燮陰陽天地體　五行變化互相交
頃刻存亡參化造　聖胎未結已生花

前章曾述玄牝之門，門能頓開，仍須出入自如，初發時如如而動，再發時忽上忽下，未得循序者，火候之不調也，過文過武，不得其道，若此應抱元神，守一以輔其氣，氣定則平，平則格格而迴復，遇天旋轉而運行，一復二，二復四，斯際也，人身之五行，即隨其變化，水培於土，土生於木，木借火助以煉金，互相配求，若配位得宜，即離五行而出小天地，斯際也，恍恍惚惚，似有若無，有所覺而無所覺，若存若亡，迨迴復之時，九還俱轉，從無極而運迴太極，再進玄關，精一化合，有復於小天地之中，如是生生不息，循環不已，出入無禁，則聖樹之花已開，有待千年之果結，在出入之過程中，倘或火候不調，或氣不澈貫，或精離守位，即應抱元神以守一，則

氣平精合，又是一番天地矣，習之者應明之。

第十八章　直叩玄關

先天一炁旋　後天性命聯
中央一突破　牢鎖任匙穿

神與氣合，氣與精結，丹田上下，非生非滅，此際狂潮洶湧，火候中和，若不調之以正，閉關不納，則三清之炁，上下奔騰，可發至無可收拾之境，關中一竅，必微放以待，惟是神強於首，或氣冲關外，二者之中，難全其道，斯會也，神必與氣合，氣必與精結，納於三合皈一，則玄關直叩也。叩得玄關，週天必復，欲長持之久，念勿急，氣不動，神守舍，精止一，則三復週天，仍有餘也，細悟斯篇，篤行之可。

第十九章　龜息吐納

後天吐納不平勻　情欲高張更不均
內煉氣絲如龜息　眼前大道見真真

氣為人身性命之源，氣在則生，氣絕則滅，凡人之氣也，隨自身之五行而旋轉，常有起伏不平之狀，此後天之氣也，修真之士，以煉氣為主，但氣不平均，不得調元養息，雖守則而煉之，其進境未見佳也，胎元未結，憑三品以養之，氣若不勻，難越

丹田之竅，三品不聚，氣則游離，三品漸合，息息全無也，際此之時，似有氣，若無氣，覺無氣，實有氣，如斯情況，即曰龜息，氣守於中，神助之入，氣入丹田，精則固之，此際煉道者其自覺之道，不可以言喻也，龜能長壽，實行其吐納之息，終歲平勻，無起無伏，不高不低，可以喻之曰神氣週結，其壽必長，道經曰，鶴形龜息，為不老之梯航，即此意也，煉道之士，必先養性葆命，欲求葆命，必求壽長，能長壽者，內功必厚，功能厚，道亦自得也，欲求龜息，先從一靜，靜必定，靜則情欲不生，諸孽不臨，吐納自平也，行之者當自覺矣。

第二十章　心法尅魔

內丹未結胎　魔從道中來
一心無二念　法相在靈台

內煉之過程也，三品一炁，合而歸一，循環不斷，以達周天，惟是玄關在望，障礙重重，可望而不可即者，習者均有此感，有等欲速其成，間亦有偶受外來突變衝擊，遂乃火入魔門，焚燒真我，重者身軀受創，再難重入內煉之門，而輕者亦需調攝時日，始可復元，是故習之者，引為大戒也。倘不慎而遇之，唯一之法，以心法尅之，何謂心法，一心之中，心無二心，一法之內，法無二法，萬象不覺，諸形不觸，不動不垢，不知不聞，無色無欲，如是，真如清淨，還我初服，天地一炁，悠然復生，再後蠕蠕而動，則繼續循環不息，九轉周天矣，習者宜慎之。

導讀九　淺論〈鍾呂修真傳道集〉

本章詮釋《道德經》內文：

第二章　【有無相生。】

第六章　【玄牝之門。是謂天地之根。】

第八章　【上善若水。】

第十六章　【歸根曰靜。靜曰復命。】

第五十二章　【既得其母。以知其子。既知其子。復守其母。】

第五十五章　【牝牡之合而朘作。】

第六十一章　【牝常以靜勝牡。】

問：人如何生於天地？

答：本書刊導讀一〈創世紀、宇宙生成論〉已概述天（乾）地（坤）互相經歷三次討索（交媾）後，生成六氣，即：震坎艮巽离兑，六氣交合而分成五行：即水木火土金，五行相生成萬物。《道德經》第四十二章云：「道生一、一生二、二生三、三生萬物」其意義相同。

夫「人」自父母交通之際，精血相合，包藏「真氣」，寄質於母腹純陰之宮（即子宮），藏「神」在陰陽未判之內，約三百日胎完而離母生於天地。

道書云：「一氣（炁）初判，氣動然後陰陽分，始有日、月、天地，然後有萬物。」於人而言，父母交會，一氣含於胎元之內，此氣發動，先生二腎，此「氣」謂之「真一之水」。概「水」為五臟之原，六腑之本，生人者先生此二腎（此即是無形的真陽），或曰「元陽之氣」。腎水本屬陰，惟其「華」屬陽。未有人身之始，此氣常在於水，既有生之後，此氣又動於心，動而出二，蓋氣中生液，液中生氣，腎為氣之根，心為液之源。火為心、為神，故又稱「心神」。心火屬陽，其液屬陰。

《道德經》第八章【上善若水。】概「天一生水」然後利養萬物，故曰上善。

問：已知水火在人身而言，乃腎與心，那麼其餘臟腑又與五行有著什麼象配？

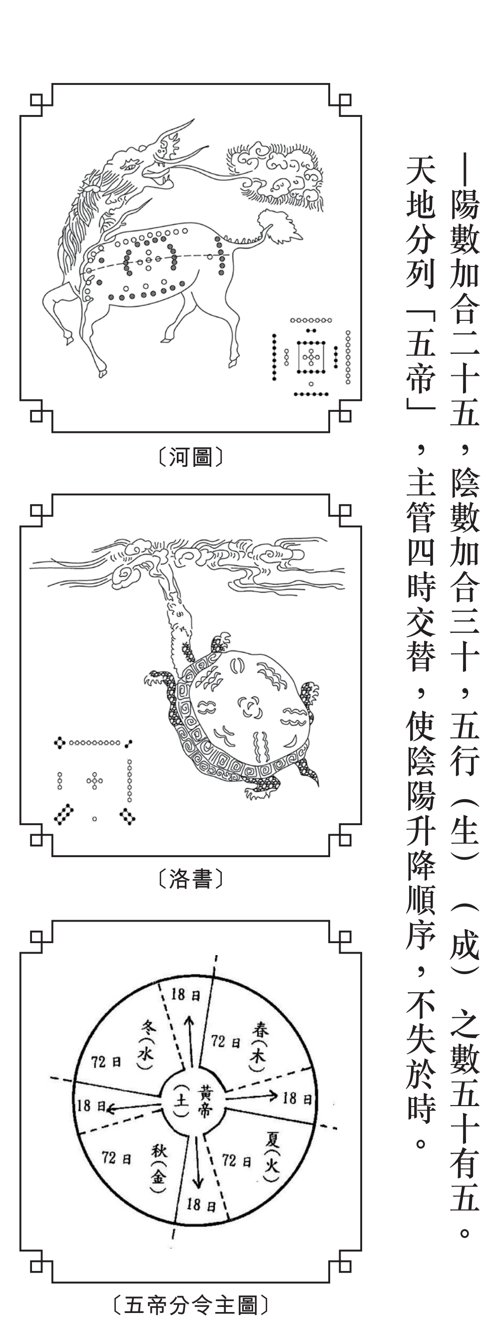
答：先天一炁（氣）、為無色無形無象之炁，實乃天地萬物生成之本源。其「生」「成」之數理，源自「河圖洛書」。據說伏羲時有龍馬從黃河出現，背伏「河圖」，伏羲根據其身上的花紋而畫八卦。夏禹時有神龜從洛水出現，背伏「洛書」，禹根據其身上的文字而作《洪范九疇》。

河、洛二書告示五行配「生」「成」之數理如下：

五行「生」「成」之數	生（陽數）	成（陰數）	五行	人身臟腑/喻人體		五方位列	分列五帝
天一生水、地六成之	一	二	水	腎	精	北	黑帝
地二生火、天七成之	三	四	火	心	神	南	赤帝
天三生木、地八成之	五	六	木	肝	魂	東	青帝
地四生金、天九成之	七	八	金	肺	魄	西	白帝
天五生土、地十成之	九	十	土	脾	意	中	黃帝

—陽數加合二十五，陰數加合三十，五行（生）（成）之數五十有五。

天地分列「五帝」，主管四時交替，使陰陽升降順序，不失於時。



〔河圖〕

〔洛書〕

〔五帝分令主圖〕

中央（黃帝，屬土） 每季令主十八日以助四帝（青、赤、白、黑） 順序:春生、夏長、秋收、冬藏。

五帝分列主管每歲七十二日，合三百六十日為一歲。見表列：

五帝分列主七十二日表<壹歲>

東	南	中央	西	北
青帝	赤帝	黃帝	白帝	黑帝
春令	夏令	於春時令助成青帝而發生萬物 於夏時令接序赤帝而長育萬物 於秋時令資益白帝而結立萬物 於冬時令制攝黑帝而嚴示萬物	秋令	冬令
陰中起陽	陽中升陽		陽中起陰	陰中進陰
萬物生	萬物長		萬物成	萬物死
青帝生子	赤帝生子	黃帝生子	白帝生子	黑帝生子
甲（陽）乙（陰）	丙（陽）丁（陰）	戊（陽）己（陰）	庚（陽）辛（陰）	壬（陽）癸（陰）
木（肝）	火（心）	土（脾）	金（肺）	水（腎）
青龍	朱雀	勾陳	白虎	玄武

※五臟各藏氣與液。即陽〈氣〉陰〈液〉。

尤須注意者，五帝各生五子，各藏「氣」（陽）與「液」（陰），象喻人體「心肝脾肺腎」各藏「氣」與「液」。修丹者、從靜功煉起，呼吸吐納，真息往來，引五臟「氣」「液」升降傳導，倘能煉至魂魄堅定，兩者聚而為一，結於黃庭，出入丹田，迨後漸次三品合一，即煉「精」化「氣」、煉「氣」化「神」、煉「神」還「虛」，則逆五行而返回先天太極、無極，可成真、成仙、為聖矣。

簡說〈鍾呂修真傳道集〉：

鍾、呂二仙藉問答而宣泄聖人之道，以為修真之法典，今按其卷讀，簡說淺言。前文引言，概述人身如壹小天地，五臟六腑象歸五行，三品「精氣神」附於人，修真者除妄去念，從定靜入手，呼吸導引，真氣周身廻環，可修煉成神。今概略淺述鍾、呂傳道丹功里程，使讀者閱後可與導讀八〈太上道祖內修篇〉共研互參。

修丹者、入靜後，調節呼吸之氣，鼻息少入遲出，綿綿若存，凝神入氣穴、即中丹田、黃庭穴（修真圖七號穴位）。中丹田為藏氣之舍，內修者一氣之用，自發其爐，爐火之升降，上下運行，氣動風生，風生火燃，內氣運行，首在中丹田。惟氣動需得自身內五行（五臟）之「氣」（陽）與「液」（陰）相助，傳導交媾，水火相濟，金木相尅，始能通七竅（面七個孔竅，眼二、耳二、鼻孔二、口一）、破黃庭、越丹田、過泥丸（即三丹田，修真圖六、七、八號穴）而活動於虛無縹渺之間。

「氣」與「液」傳導過程淺述如下：

腎為水、心為火，水火本來不能相容。惟肝（木）及肺（金）可作媒導。參本書

導讀七〈論造化生人〉，概述五行相生相剋，可比「氣傳子母」（相生）、「液行夫妻」（相剋）之妙喻。

問：心與腎之「氣」如何傳導？

答：水生木：即腎生肝，肝為腎之「子」。

木生火：即肝生心，肝為心之「母」。

傳導之法：腎（水）傳其「氣」於肝（木），肝轉傳「腎氣」於心，即腎氣傳肝，肝傳心，此傳導過程是謂「母氣傳子」。

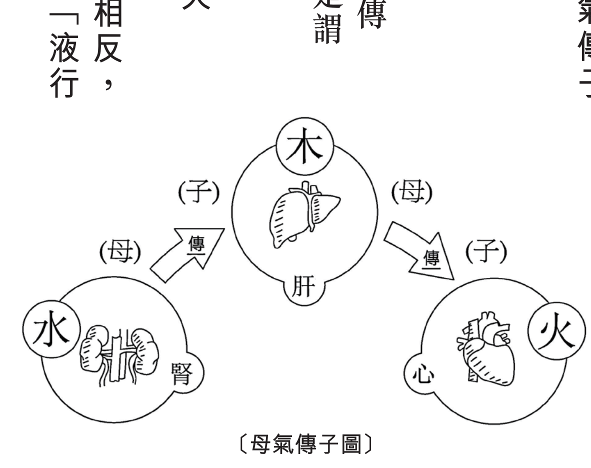
問：已知「母氣傳子」、丹道稱「相生」，那麼「液行夫妻」、丹道稱「相尅」又如何進行？

答：上文淺釋腎氣以肝作媒，傳「氣」至心。今則恰成相反，心（火）之「液」以肺（金）為媒，行夫剋妻，即「液行夫妻」之妙喻。

五行相尅：心為「夫」、肺為「妻」，心尅肺即（火尅金）。

「液行夫妻」（夫尅妻）：

液行相尅方法：心（夫）之「液」，以肺（妻）作媒（夫尅妻），傳導心液於腎（概因金生水）。



〔母氣傳子圖〕

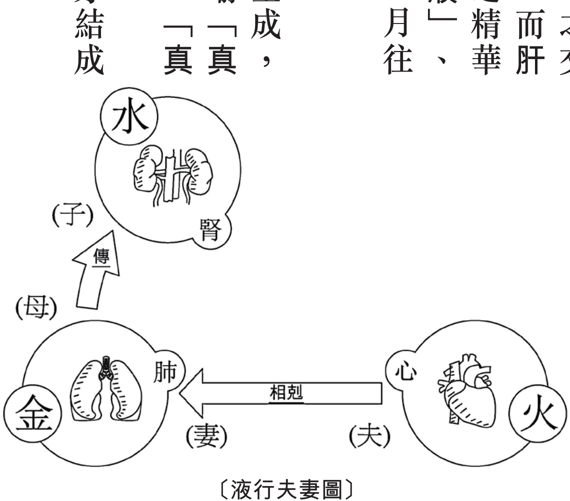
上述「心」「腎」「氣」（陽）與「液」（陰）之交合升降，猶如天地陰陽升降，天地升降一年一交合。而肝（木）、肺（金）之媒導，有若日（魂）月（魄）之精華往來，一月一交合。人之「心」「腎」「氣」與「液」、一晝夜一交合。參本書刊導讀六〈論天地升降、日月往來〉。

又

「氣」（陽）、「液」（陰）交合，太極互相生成，陰陽交合過程中，「氣」中自生成「真水」、丹語喻「真虎」；「液」中自化為「真火」、丹語喻「真龍」，「真龍」「真虎」相交、造就「黃芽」❶而結成大藥。《道德經》第二章內文**【有無相生】**。譬喻黃芽結成大藥，「胎氣」從無而生。

以上行修內丹譬語，綜合簡稱為：

（一）**〈匹配陰陽〉**：即人身五臟腑「氣」（陽）與「液」（陰）互相匹配。



〔液行夫妻圖〕

❶ 黃芽：丹語。黃者、中黃之炁，芽者、生機萌芽，乃大藥初現之景象。大藥、即金丹，道家喻「精氣神」三品結成一炁為「金丹」。又：大藥者、以其獨一無二，故曰大。

〈聚散水火〉：水（腎）與火（心）之氣液升降。

（二）〈交媾龍虎〉：氣與液交合，循環升降而結成胎。「胎元」❷結於中丹田（黃庭）（修真圖七號穴位），真氣下降至下丹田（八號穴），胎氣經尾閭穴（十二號穴）上通夾脊（十四號穴），經鵲橋（即舌頭舐上顎）貫「任」「督」二脈（十、十一穴）復下降中、下丹田，如斯循環上升下降，是謂「龍虎交媾而變黃芽」，功達小乘，或曰「小河車」、「小周天」。水火相合既濟，可延年益壽，口生甘津，心境自除，情欲不動，百骸無病矣！《道德經》第五十五章【**牝牡之合而朘作。**】比喻「龍虎交媾而變黃芽」。

（三）〈抽鉛添汞〉：前節論「龍虎交媾而變黃芽」、今論「黃芽就而分鉛汞」。

問：什麼是「鉛」「汞」？

答：人身本是禀受父精母血而成形。父母之「真氣」隱於人之內腎中，所謂「鉛」者此也，腎中之氣，氣中真一之水，可比喻為「鉛」。所謂「汞」者，心液之中，正陽之氣也。

煉道之士，以「腎氣」交「心氣」，變化成「黃芽」大藥後，保送「胎元」於「黃庭」（中丹田）之中，胎元藏「真一之水」（腎氣），負載「正陽之氣」（心液），「水」「氣」交合過程中，需採藥進火。

問：什麼是採藥進火？

答：內修者、入靜境後，自發其丹田爐火，氣動風生，風生火燃，先文火（呼吸之火）以助腎氣、腎水上升（此即為鉛），交心液（此即為汞）而生「真氣」。火

藥分文武、文火曰「烹」、武火曰「煉」、倘火候調配得宜，「真氣」自生。培於「中丹田、黃庭」內，然後「真氣」在人身沿「任督」二脈周天運行來回。

問：鉛與汞二物如何交合互補？

答：「鉛」即水，「汞」即火，文武火功乃調藥成丹之大綱，運行周天火候之妙用。動時用武火，靜時用文火，動中有靜者，則先武而後文，靜中有動者，則先文而後武，隨機應變。文火能溫養，兼能益汞。武火能採取、又能煉鉛。此火功之妙用！蓋鉛生「坎水」之中，沉而不起。欲擒制离宮之「心火」即「汞」（心火、概因汞性炎炎好飛，喻人心慾念易起難平。），當用武火極煉「鉛」即（水），後用文火猛烹，然後「真鉛」能飛騰而上，與「真汞」相見於黃庭（中丹田），至此階段，應守城沐浴，不再用武火。「真氣」既生，溫養胎仙於黃庭宮中。功行至此，水又名曰「嬰兒」，火名曰「姹女」，水火二物由土（脾、或曰意）為媒，接引嬰兒、姹女相見於黃庭宮，二物結合成「胎仙」❸。此結合過程，名曰「抽❹鉛❺添❻汞」。

❷ 胎元：「腎水」、「心火」交合結成胎元於「黃庭穴」。
❸ 胎仙：「真鉛」、「真汞」，丹語稱「嬰兒」、「姹女」，二物相見於黃庭，結合成「胎仙」。
❹ 抽：拔除。
❺ 鉛：本來乃父母之真氣。
❻ 添：增加、補添。

參《呂祖全書》卷六〈指玄篇〉十二：

白玉蟾曰：真鉛生於天地之先、號為「元始一炁」、能生天生地生萬物，今者反而求之。須用陰陽交感，逆施造化，故能成仙成佛。上聖已知「汞」性好飛（人心性，心猿意馬），遇「鉛」乃結，煉「真鉛」伏制「真汞」，如母伏子、不致逃失，方結聖胎，以為長生不老神仙。

在人生而言，鉛本來乃父母之真氣，純粹而不分離，藏於成孕之胎兒中，造化既成體形，出生天地後，則「氣」藏人身之腎中。人身之二腎相對，同升於氣，乃曰「元陽之氣」。元陽之氣中有水，乃曰「真一之水」。「真一之水」隨氣上升，氣住則水住，氣散則水散。抽鉛添汞後，「真鉛」「真汞」結合成「真氣」或曰胎仙，大丹成就矣！

編者按：抽添過程，其始為「母戀子而來」（母即腎、水、鉛），繼則為「子戀母而往」（子即心、火、汞）。

故《道德經》第五十二章云：**【既得其母，以知其子，既知其子，復守其母，沒身不殆】**。

《道德經》第六十一章**【牝常以靜勝牡。】**：

牝、陰，主靜，喻鉛、喻水，水向下流。

牡、陽，主動，喻汞、喻火，火性好飛。人心好動，心火刻刻在燃燒。

固靜勝動，弱勝強（喻鉛伏汞）。如母伏子。

「抽鉛添汞」結論：

簡而言之，「精氣神」又曰「三品」、「三清」，乃「先天一炁」之總名，在「天」為「日月星」，在「地」為「水火風」，在「人」為「精氣神」。「水火」即「精氣」、又名「鉛汞」，汞者、神也、火也。然火性好炎，宜制之使不躁，水性易失，宜防之使不泄。《丹書》曰：順則人，逆則仙，借土（黃婆、意也）為媒，引水升火降，蓋水本流下，逆之使升，火本炎上（喻心火），降之使下，一升一降，顛倒陰陽，水火既濟，大藥當成。

（四）〈附❼後飛金晶〉：

前節論「抽鉛添汞」，鉛汞相投，「真氣」自生。「真氣」温養培育於中丹田黃庭穴。

真氣足，以「意」即土或曰脾領駕動「河車」，自「尾閭穴」（修真圖十二號穴）上升，經「夾脊穴」（十四號穴），「玉枕穴」（十五號穴）而上升至「泥丸宮」（六號穴）。真氣一衝三關（即夾脊、玉枕及泥丸）直超內院。真氣經鵲橋（舌頭）貫通「任、督」二脈（十、十一號穴）沖開「玄牝之門」，此際先天與後天銜接，蓋人之入世，難與先天銜接者，因有此門之隔，故不能通。真氣過（即通過）從後而起（上升），沿夾脊身背、至前而收（即真氣沿上丹田（泥丸宮）降下中丹田、下丹田），任、督二脈銜接，上補而下煉，則「大河車」當行，「紫河車」在望矣。

❼ 肘：粵音找。手臂中部，連接上臂與前臂的鉸鏈關節。

道書曰：陰陽升降，在天地之「內」，比喻「心腎氣液交合」之法，即前論「匹配陰陽」、「交媾龍虎」。日月運行，在天地之「外」，比喻「肘後飛金晶」之事。《道德經》第六章云：**【谷神不死、是謂玄牝、玄牝之門。是謂天地之根】**。參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第十六章〈玄牝之門〉，兩者所指之「門」，實為此「先」「後」二天、「任」「督」二脈之分界線而言。

（五）〈玉液還丹〉／〈玉液煉形〉：

前節論「抽鉛添汞」，「肘後飛金晶」。真氣既生，大藥當成，胎元培養於「黃庭」（中丹田），周天任督二脈運行，「大河車」乃當奉行。

問：何謂「玉液還丹」？

答：玉液、即「腎液」，上升到心，「心腎二氣」相合而過十二重樓（修真圖十三號穴），則津滿玉池（口腔），謂之「玉液」。若咽之（吞下），自中丹田而還下丹田，則曰「玉液還丹」。還丹、即金丹。金丹以「河車」（即意或曰土、曰脾領氣）搬運，升之自中丹田而入身體四肢，則曰「玉液煉形」。

「玉液煉形」之功驗：

肝受之則光盈於目。

心受之則口生靈液。

脾受之則肌若凝脂，身上瘢痕盡除，容顏復少年（鶴髮童顏）。

肺受之則鼻常聞天香。

腎受之則耳中常聞弦管之音。如〈百字碑〉云：「坐聽無弦曲、明通造化機。」

（六）〈金液還丹〉／〈金液煉形〉：

金液者、腎氣合心氣而不上升，薰蒸於「肺」。肺為華蓋，下罩腎、心二氣，取肺液在下丹田，自尾閭穴（修真圖十二號穴）升上，乃曰「飛金晶入腦中」，以補泥丸宮（六號穴）。自上復下，降而入下丹田，乃曰「金液還丹」。既還下丹田而復上升，乃曰「金液煉形」。

「金液煉形」之功驗：

骨朝金色，體出金光。

修為至此階，道曰五炁朝元，三陽聚頂，欲超凡體之時，乃金丹大就之日。功行至此，人身五臟腑之「元氣」朝中元（中丹田），而五臟之「液」朝於下元（下丹田），所謂「五炁朝元」是也。朝者、會也。至此聖階，五行顛倒，三田（上中下丹田）返復，互相交換，迨至煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛，三品合一聚頂，五行滙合，天地皈依，六十四而達兩儀，由儀而為四象，象而生太極也。身外有身而出天門，棄下凡軀而入仙品矣，功達大乘（紫金丹）。

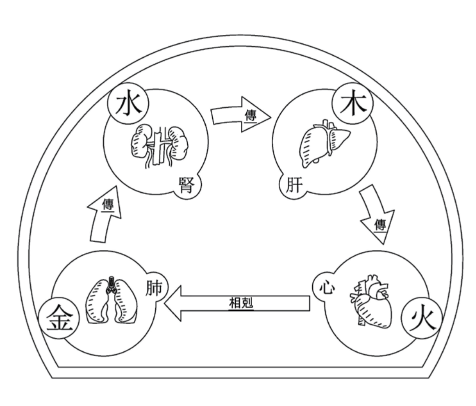
綜合而言：人身之「腎」中生「氣」，氣中自有「真一之水」，修真者，有法使「真一之水」復歸於「下丹田」，則「精養靈根」，而氣自生矣。「心」中之「液」，液中有「正陽之氣」，有法使「正陽之氣」復還歸於「中丹田」，則「氣養靈源」，而神自生矣。

集「靈」為「神」（精與氣之靈根、靈源），合「神」而入於「道虛」，以還歸於「上丹田」（神舍）（修真圖六號穴），則可超升脫凡質矣。

《道德經》十六章所言【歸根復命】，乃指「精氣神」三品結成「真靈」，靈根靈源，歸於先天「真靈一炁」。

〈鍾呂修真傳道集〉內容闡明修煉「鉛汞」之理，字句幽深，顛倒陰陽，乃尋天掘地之功，然「升降水火，嬰兒姹女，龍虎爐鼎」之説，多屬取譬（譬喻）。

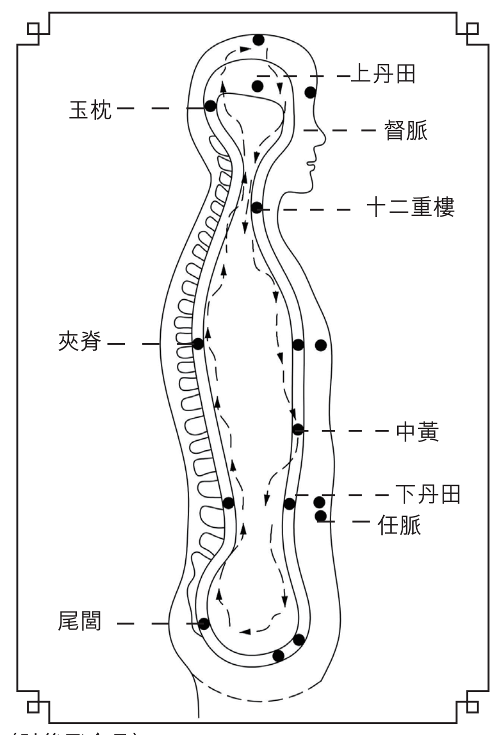
今依卷章要義簡述，使研讀者簡讀基理，從概念入手，再細研〈鍾呂修真傳道集〉原文，按程序修煉，並與〈太上道祖內修篇講〉互參功驗，同修聖道為宗。



（一）母傳子：「腎氣」以「肝」為媒，
　　傳「氣」與「心」。
（二）夫尅妻：「心液」以「肺」為媒，
　　傳「液」與「腎」。
（一）＋（二）＝〈水火相濟〉或曰：
　　〈匹配陰陽〉
　　〈聚散水火〉
　　〈交媾龍虎〉。

以上（一）＋（二）結合成「胎元」。

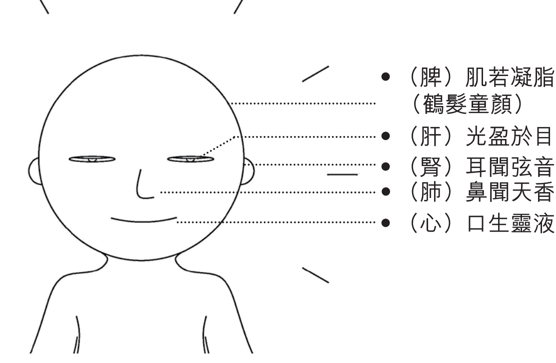
（三）〈抽鉛添汞〉：腎氣中「真一之水」、曰「鉛」（嬰兒），飛騰上升與心液「正陽之氣」、曰「汞」（姹女），以「脾」（土）（或曰意）引領、相見及溫養聖胎於「黃庭」。號曰「胎仙」。



（四）〈**肘後飛金晶**〉
● **真氣**自「尾閭」穴上升：

尾閭→ 夾脊→ 玉枕→ 上丹田→ 督脈→ 十二重樓→ 中黃→ 下丹田→ 任脈

右圖(五),(六)修功驗證:
●三陽(三花)聚頂:乃煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛之道。
●五炁朝元:五炁指金木水火土，五行之元炁。五炁朝元，乃身不動，精固而「水」朝元。心不動，氣固而「火」朝元。眞性寂，魂藏「木」朝元。妄情忘，魄伏而「金」朝元。四大安和，意定而「土」朝元。



（五）〈**玉液煉形**〉：心、肝、脾、肺、腎之功驗。
（六）〈**金液煉形**〉：骨朝金色，體出金光。

導讀十　論精氣神

談起「精氣神」，又曰「三品」為道家修丹道之上藥（大藥）。《玉皇心印經》云：「上藥三品，神與氣精」。《太上清靜經》云：「三品一結，其道自成」。可知三品乃修真成道最後之丹功。今有一「三品奧妙」鸞文，乃鄭安期金仙於一九六九年鸞示於「玉清別館」。該日恰為鄭仙寶誕，道生偶頌《黃庭外景經》，鄭仙有感而致訓眾生闡釋「精氣神」之秘奧。「玉清別館」彙集二十五年來列聖寶訓而傳於世（自一九六五年至一九八九年止），呂祖師聖示書刊名為《玄音》，侍鸞生仍為（靈都子）謝顯通。「明善學院」編纂《玄音合刊》，自面世以來，廣受十方人士讚讀，並輾轉翻印。

今恭錄鄭仙寶訓俾眾同參：

鄭金仙示　己酉七月二十四日（一九六九年）

道題：真之所在

今夕逢吾誕　諸子誦黃庭　霎然思真索　物類要澄清

道君說清靜　首曰神當寧　古今研道子　再四維思明

上藥三品者，惟神與氣精耳，「神氣」二物，莫論人神，應先貫通，「精」者，先天之所賦予，「神」者，後天之所修也。人為後天之靈，故以神為三者之首，「氣」者，乃先後天之中柱，撐柱之力，半為先半為後，先天所賦，後天力擎，則一氣化為無火之道。「精」者，先天所賦者為「英」，後天所積聚者為「精」，精一化合，先後能合，則成三昧❶。《清靜經》云：「三品一合，其理自精，三品一結，其道自成」。世人不察，雖明三品之理，尚昧三品之道。古今之修真者，每得其「神氣」之竅，忽略「精」之所妙，故不得其真。若憑神氣之匯，三者失其一，則神道必證，真道自失也。倘失氣精二門，三品留其神在，則格於神道者幾希矣。今日之世，行道者不乏人，能了然於此理者，不可多見。太上之論，實屬至理，並求至道，奈何塵俗未許真明。細察五百年來，三昧合一者，當能成真，更可成聖，而三缺一或三缺二，比比皆是。或曰，得一可以無憾矣，二者俱備，則界仙神，三者俱滿，必全其真。俗世有言：一得之者亦可無憾，此神道之見也。若問真修，非三比問，問夫神，神曰：我見天地，祇留人間。倘問神氣，神氣曰：我得通天入地，無往而弗屆，彼得達通明，索乎入幽冥，天地雖可貫通，仍缺一才也。天神乎，地神乎，天地之神聖乎，仍未得其真也，真者自悟，悟澈自明。世人之得存「神氣」者，應固其「真精」也，黃庭之位，有上三下三之界，有左三右三之限，上下三分，下上三分，左右各就亦三分，此即三六數，由小周而化為大周之數，亦曰東西南北，乃曰「四方」。中為「黃

❶ 三昧：聚合「精氣神」而生三昧真火。

庭」，亦即統帥，四方聽令，上下不虛，如此施行，關關可闖，若闖玄關，呼之不聞，噓之不應，則「氣」覩此，束手無策，「精」聚一呼，玄關立破。若闖此關，則五行滙合，天地皈依，六十四而達兩儀，由儀而為四象，象而生太極也。太極不偏，玄真在此，奉勸玉門諸子，仔細參詳，不負一玄之妙也。

附錄

呂祖先師訓示：

鄭師化點，語實周詳，內外二門，參合發揚，茲篇所訓，外屬抑揚，倘論三品，盡洩其詳，吾門子弟，行之乃昌。

- 「玉清別館」道侶同按：

鄭師茲篇所論，不啻直指大道之秘，盡開玄妙之門，實為人世間所罕見聞者，果能立功立德，並依此以修為，如不滿真成道者，無有是處。

- 編者按：從金仙訓文，當知「三品」之道，修真者修煉三品、火候不一，有三種不同之證驗：

（一）倘三品只留其「神」在，即「精、氣」未串，離塵後，只能見天地，留「神」於人間。

（二）倘三品憑「神氣」之滙，人離俗世後，可通天入地（幽冥）。

（三）倘三品合一，則為仙、為真、為聖矣！

注意：倘在世時修得「二品」滙或「三品」合一，猶需備外功（即積功累德），否則歿後只壹「阿修羅」矣。「阿修羅道」詳參本書刊導讀五〈論地獄〉之「四生六道」。修真證道之士，其成道之所由來，參看《玄音合刊》鍾離祖師庚戌年四月十五日（一九七〇）年訓示內文，鸞降於「玉清別館」，道題為：

虛空默授，傳道之真理

內文云：

……今列

中天各級仙聖，其成道之所由來，無不按數緣而成真也，近世玄門之中，多有人師點傳者，人師導之則可，傳則非真，習之則可，證之則難也。真證之士，其真緣一屆，仙聖自當在虛無之境，行無為法，真虛處處，道道無為，修真者略一領會，便即見真，一切至理，亦不離於緣數之會晤也，道之道，原乎此，願衆子常參奧。

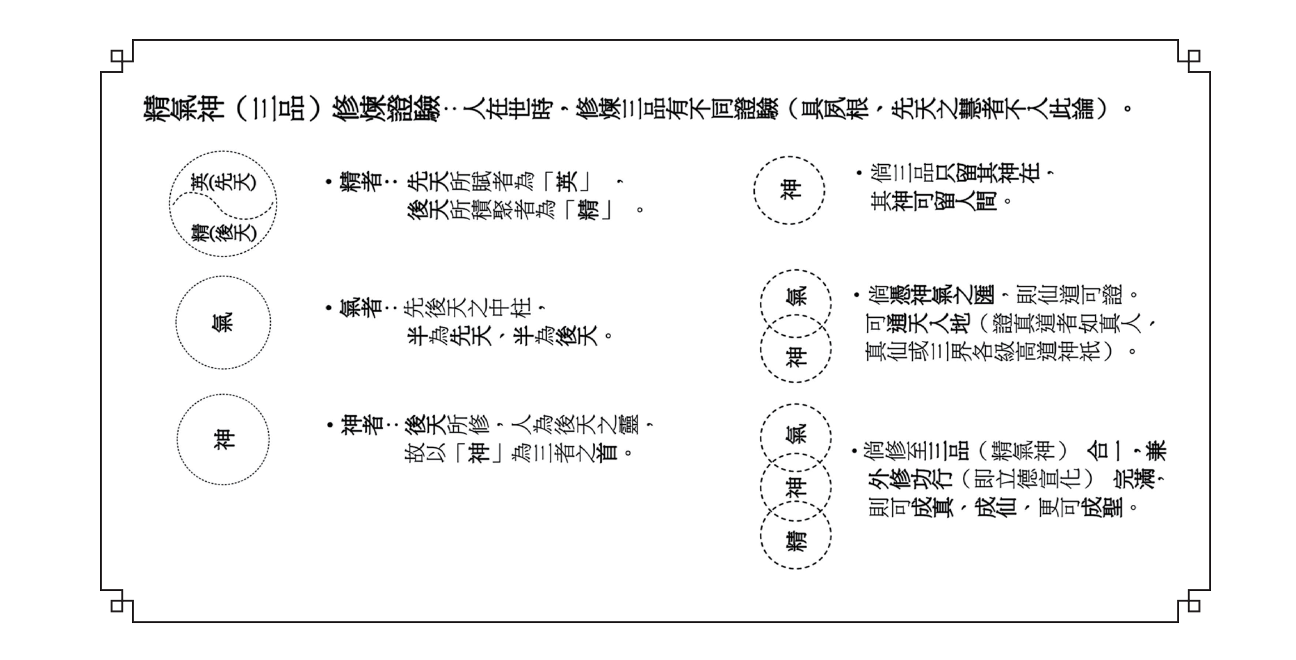
編者按：修丹者、細讀深研鄭金仙❷及鍾離祖師❸訓文，必有所得。

---

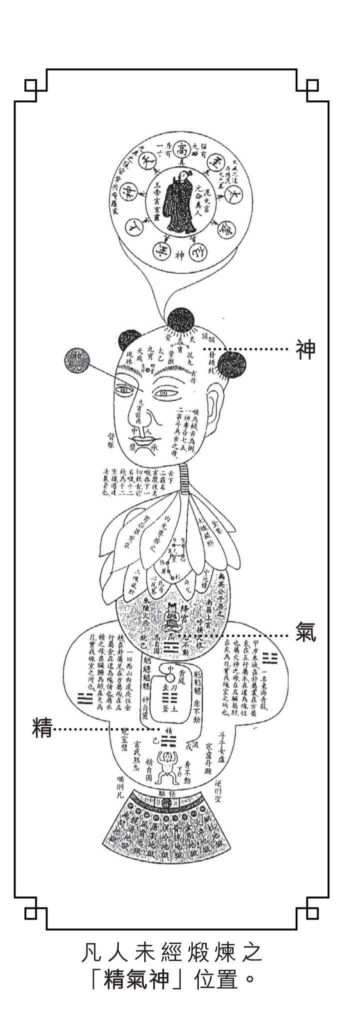
❷ 鄭金仙：鄭安期太乙金仙，秦時人，距今約二仟二佰多年前，官至副宰相。忠君相國為民，精通三昧（三品），天人兩道無缺，濟世悲天憫人，更助玄門闡教，位列金仙。

❸ 鍾離祖師：東漢時人，距今約壹仟八佰多年前，八大仙人之一，為道教五祖之「第二祖」，鍾祖乃度引呂祖之第一位仙人。

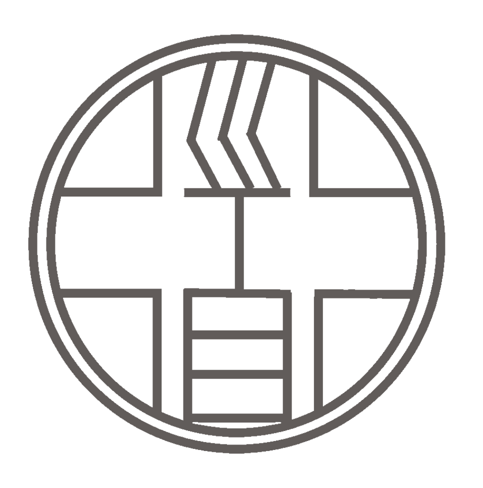
精氣神（三品）修煉證驗：人在世時，修煉三品有不同證驗（具夙根、先天之慧者不入此論）



導讀篇　終



凡人未經煅煉之
「精氣神」位置。





《道德經》上篇

〈一至三十七章〉

《道德經》一章

【道可道。非常道。名可名。非常名。無名天地之始。有名萬物之母。故常無欲以觀其妙。常有欲以觀其竅。此兩者同出而異名。同謂之玄。玄之又玄。眾妙之門。】

本章是「道」的總綱，故解讀略為詳盡。老子說「道」的形成、分「先天」和「後天」。

解釋：先天為「混元」、「無形」、為「性」。

後天為「胎元」、「有形」、為「命」。

【道可道。非常道。名可名。非常名。】

此「道」指先天至道，在混沌之初，洪濛未判，一點「混元靈炁」或稱「靈光」或「混元道炁」，為無色、無形、無象、無聲、無味，是宇宙未誕生時，而存在的「道炁」，其始無有名和號。既生天地萬物後，老子為使世人認識這創造宇宙萬物的「道炁」，才勉強用抽象的稱謂，呼其名為「非比尋常的超然聖道」。

【無名天地之始。有名萬物之母。】

天地萬物，在未生前，本無名稱，「道炁」既生天地萬物，老君為教化眾生，強名曰「道」。（《清靜經》云：吾不知其名，強名曰道。）萬物生成過程，詳參本書刊導讀一〈創世紀、宇宙生成論〉及《道德經》第四十二章「道生一、一生二、二生三、三生萬物」的陰陽互索氣化過程。宇宙混元一炁，太極初分，五行（金木水火土）位列五方，陰陽貫乎萬物，有天地然後有萬物。萬物本乎源自先天「混元道炁」所化造，那麼「道炁」便受尊崇為「萬物之母（母親）」了。

關於「無名天地之始、有名萬物之母」，參《呂祖全書》卷七〈忠孝誥總論〉內文：

純陽子曰。混沌之初。**未有物**。**先有道**。既有道。即有物。**道無形**。**物有形**。有形之物。必載無形之道。何物無道。何道離物。因**物**命**名**。因**名**思**義**。因**義**知「**道**」。名歸物。物歸義。義歸道。**無名天地之始**。**有名萬物之母**。合而言之。何物何名何義。總括之曰「**道**」。無道即無物。無物即無名。無名即無義。道也者。**在天地未生之前**。**必在天地既生之後**。道亦一物也。天地亦一物也。萬物總一物也。一物分萬物也。洪荒初闢。天地生而萬物生。萬物生而人最靈。故《**易**》曰（即《**易經**》）有天地然後有萬物。有萬物然後有男女。有男女然後有夫婦。有夫婦然後有父子。有父子然後有君臣。

按呂祖文示，「**道**」即道炁，為萬物之母。

再參《呂祖全書》卷二十九〈論天地第三〉內文：

鍾祖曰。**大道無形**。因彼之所**得**而為**形**。**大道無名**。因彼之所**有**而為**名**。天地得之而曰乾道坤道。日月得之而曰陰道陽道。人得之朝廷則曰君臣之道。閨門則曰夫婦之道。鄉黨則曰長幼之道。庠❶序則曰朋友之道。室家則曰父子之道。

按鍾離祖師所言，「道」既有形與名後，萬物依道炁而生於宇宙，其形名號稱為：

天地：乾坤。

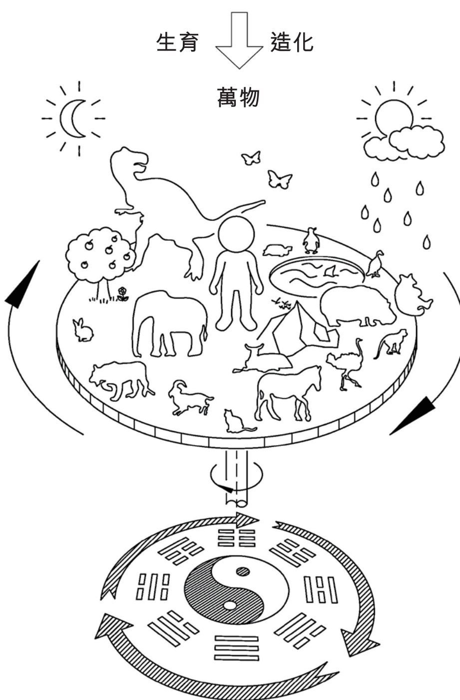
日月：陰陽。

人倫：君臣、父子、夫婦、長幼、朋友。

混元

【無名天地之始】

先天混元一炁（無形）。天地萬物未生以前，日月未光，即洪濛未判，混沌時期。



【有名萬物之母】

【故常無欲❷以觀❸其妙❹。常有欲❺以觀其竅❻。】

老子述說「道炁」化造萬物，然萬物皆有形有質，皆有壞之期。人生常不滿百，老君教導世人「觀」即認識「妙」及「竅」，從後天有為情欲實境，除妄修真習靜，認識「竅」之玄理，即此章云「常有欲以觀其竅」。倘能重返先天無為無欲之「妙境」，便是「從實還虛，還原太極」的無上境界，即曰「常無欲以觀其妙」。

關於無欲觀妙、有欲觀竅。參《呂祖全書》卷九〈正忠示教品第四〉內文：

呂祖曰。先天真性。來虛無中。後天真定。從忍辱明。兀而默存。凝精化神。蔽物喪志。散氣分靈。不為物累。以神保精。精依神化。性靜神融。太上有曰。**常以無欲以觀其妙。常以有欲以觀其竅。採其欲竅。**以合玄妙。

❶ 庠：粵音戕，古代鄉學名。

❷ 無欲：乃先天「無為」之道。

❸ 觀：作認識解。

❹ 妙：玄妙、莫測。

❺ 有欲：乃後天「有為」之道。

❻ 竅：為天地之穴，子母（神氣）混沌而成，此「竅」在人身而言，即黃庭之位（參修真圖七號穴位），亦指「元關」或「玄關」，中丹田藏氣之所。內修習靜者，自發其爐火，「真氣」需達此竅穴，沖開「元關」，納「神氣」入此竅穴，始能氣脈相通，穴穴透明。再行周天大法，內功深造者，能使「精氣神」三品合一，重返先天無極境界，為仙、為聖。此玄關內煉過程，參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇講〉第九章〈玄關竅運〉。

按呂祖師示，除欲煉性，住於清靜，煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛，方能觀妙觀竅。「竅」為神之門，神能出入自如，則七竅（眼耳鼻口）常開，往返自如。神與形（身軀）合一，竅竅相通，性必光明。欲明精氣神（三品）之妙用，詳參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇講〉第二章〈精氣神之運用〉及導讀十〈論精氣神〉。

【此兩者同出而異名。同謂之玄❼。玄之又玄。眾妙❽之門。】

承上「觀妙」、「觀竅」，兩者合曰「玄妙」，故曰「此兩者同出而異名」。世上之人，倘能從後天有為之身軀，習靜除妄，修煉丹道，煉至「魂魄」堅固，「精氣神」結成「一炁」，回復先天「真靈」不生不滅，則與「道」合而進入「玄妙之門」，言之易、行則難、難乎人心及其後天人海實況如何耳！

精氣神結合現真靈，七竅眼耳口鼻相通，真靈透七竅往返自如，即「觀妙觀竅」

（一）

（二）

修真者，倘內功深厚，真氣沖開人身小天地「子母之穴」。即中丹田、黃庭穴（修真圖七號穴）。修煉至「精氣神」三品合一，真靈現、身外見身，即老君曰：「無欲觀妙，有欲觀竅」。乃從後天有為之道，重返先天無為聖道，為仙、為真、為聖矣。即進入老君所云：「眾妙之門」。

（一） 倘修煉至「精氣神」合一，真靈現、身外見身時，乃進入「玄妙之門」。

（二） 中丹田（黃庭穴）乃子母竅穴。

論五行與儒釋道：

先天混元道炁，朴散見於五行（金木水火土），陰陽（日月）、天地、然後生萬物，為有「形」有「質」之體，大道之炁朴散後乃見後天之「道」，此道應作「循」（依照、遵守）字解。

因「道炁」朴散，天地得之而曰「乾」道「坤」道，日月得之而曰「陰陽」，人得之則曰「五常」：即君臣、父子、夫婦、兄弟、朋友。「儒釋道」三教之理均依循此後天朴散之「道」而存於宇宙，故三教驗修法式為：

（儒）旨：

儒學以五常驗乎「性善」，使人有可依據，循五常存於一心，到得純熟，反歸於先天五行，便是「性」之本體。「先天五行」配「後天五德」：

仁：木德、慈和惻隱。

義：火德、火之正氣，公正合宜的道理或行為。

禮：金德、主乎恭肅退讓，社會行為規範。

智：水德、主乎燭照圖度（智慧），知識，智而不詐。

信：土德、主誠樸無偽，言行一致。

❼ 玄：深奧、納五行而生陰陽。

❽ 妙：神妙、取兩儀而超太極。

以上為五氣（金木水火土）之本德，入世欲尋「性」道，即先天原性，當先於後天倫常八德做起，到得純熟，然後可返歸先天原性本體。

〔釋〕旨：

釋（佛）寂於生老病苦死（五行），指幻寂也。然後明心見性。

〔道〕旨：

道存於金木水火土，存乎神也。修丹煉至五氣朝元（身內心肝脾肺腎五行之氣朝元），「精氣神」三品合一，則逆五行而返先天。即老子斯篇云：「常有欲以觀其竅、常無欲以觀其妙」，修為能至此，則進入「玄妙之門」矣。參本書刊導讀九內文「玉液、金液煉形」。

關於五常釋義，參《醫道還元》卷七〈性命洞源詳解〉內文：

呂祖曰：何謂**五常迭運**？**五常**者，即**仁**、**義**、**禮**、**智**、**信**，迭運有互相濟美之義。**儒學**不過即此以驗乎**性善**，使人有可依據耳。故循此五常，存主於一心，**到得純熟**，**反歸於先天**，**便是性之本體**❾。假如「**仁**」為「**木**」之**美德**，當發見則慈和惻怛，到慈和惻怛純極而渾忘，只有一點粹然之神蘊含於中，則**木反其本**矣。「**義**」為「**火**」之**正氣**，當其流露，則剛果昭然，到純熟後返歸火之本體，只有一點健勁之神，是**火反其真**矣。「**禮**」乃「**金**」所著，主乎恭肅退讓，到化而渾穆時，只存歛束之神，是**金還厥初**矣。「**智**」為「**水**」所**生**，主乎燭照圖度❿，到化變後，第具一點寂然雪光，是**水還其**

始矣。至於「**信**」為「**土**」所**發**，主乎誠樸無偽，及圓融時只有一點真一之神，是**土歸真**矣。**欲尋「性」道，當先於後天做起，然後可反歸本體，到本體完固，便是性學盡頭。**

本章旨：

老子此章分外內講。

外講：簡說「道炁」造化生天地萬物，「道」本乎無名，既生天地，為使世人認識先天道炁，乃強名曰：「道」。

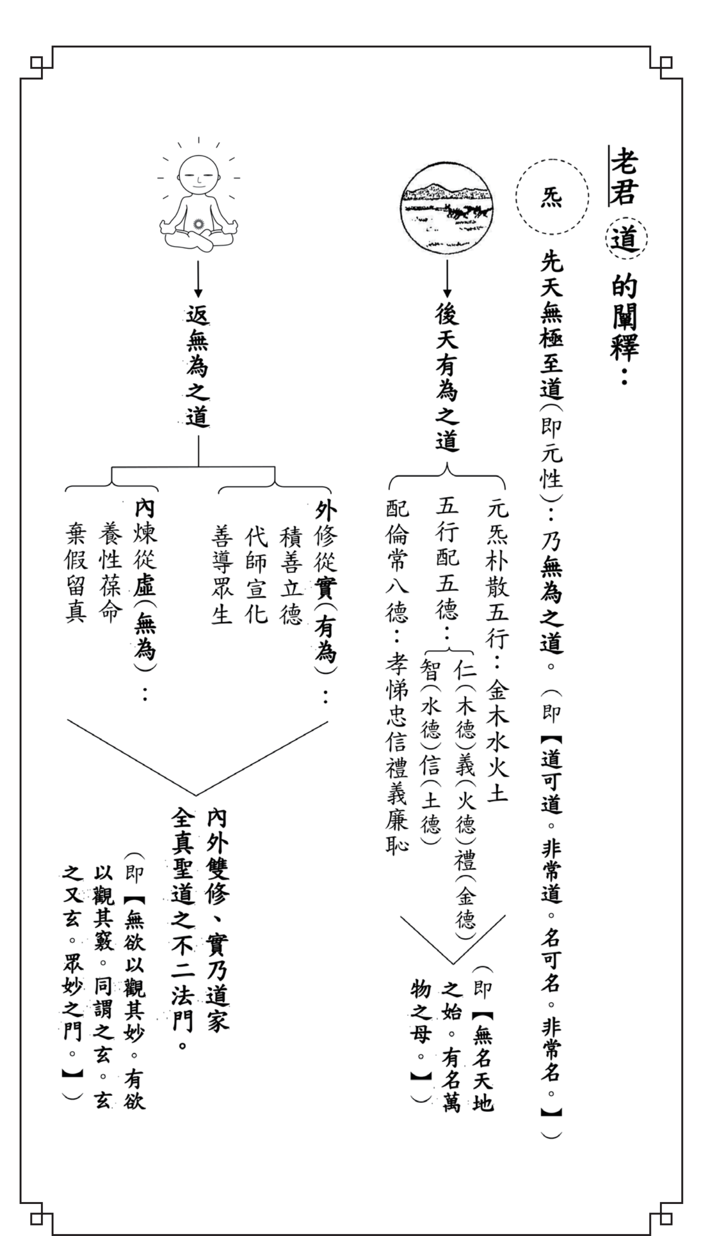
內講：願世上之人，能體天道，修外功即五常八德，然後修內功，除妄念，靜至虛極，三品（精氣神）結合，七竅（眼耳口鼻）常開相通，「神」出入往返自如，觀竅觀妙，可重返先天玄妙之門。人人自身均存有「玄妙之門」，此「門」不分人種、性別，固又曰「衆妙之門」，看世人能否尋掘（尋天掘地）此玄妙竅穴矣！

編者按：文中老子論「無欲以觀其妙」，即道家「無為之道」。「無欲無為」乃太上道祖聖道之學，直指從後天有為之道，逆修反回先天「太極無為」聖道。

❾ 性：此「性」指先天本性。

❿ 圖度：智慧。

老君道的闡釋：


老君道的闡釋：
炁
先天無極至道（即元性）：乃無為之道。（即【道可道。非常道。名可名。非常名。】）
後天有為之道
元炁朴散五行：金木水火土
五行配五德：仁（木德）義（火德）禮（金德）智（水德）信（土德）
配倫常八德：孝悌忠信禮義廉恥
（即【無名天地之始。有名萬物之母。】）
返無為之道
外修從實（有為）：
積善立德
代師宣化
善導眾生
內煉從虛（無為）：
養性葆命
棄假留真
內外雙修、實乃道家全真聖道之不二法門。
（即【無欲以觀其妙。有欲以觀其竅。同謂之玄。玄之又玄。眾妙之門。】）

《道德經》二章

【天下皆知美之為美。斯惡已。皆知善之為善。斯不善矣。故有無相生。難易相成。長短相形。高下相傾。音聲相和。前後相隨。是以聖人處無為之事。行不言之教。萬物作焉而不辭。生而不有。為而不恃。功成而不居。夫惟不居。是以不去。】

此章言「道炁」生天地萬物後，便有度數，度數使後天陰陽有對峙，便有勝負參差之各物互相比較。分外、內講。

外講：

承上章言「道炁」生天地，即以象（無極氣象）生形（天地形成），因形立名（稱天地）。既有天地則推其數。大道未生天地前，為無形，無名，度數不可以籌算。既有天地則推其數。有數則得其理。

天地之數分奇偶二數，如一、三、五、七、九為奇數，二、四、六、八、十為偶數。有奇偶二數則有度數，如今日之「度量衡」。指長度、容量、重量單位。有度數才能有長短、高低，大小及躔度等計算方式。

以天道而言，度數用作計算天地升降度數，如周天三百六十日為一年，序四季、日月躔度往來以分晝夜。

天地度數之由來，參《呂祖全書》卷三十三〈匹配陰陽第一〉內文：

《玉書》曰：大道無形。視聽不可以見聞。**大道無名。度數不可以籌算**。資道生形。因形立名。名之大者天地也。

參《呂祖全書》卷三十三〈內觀交換第九〉內文：

《金誥》曰。以象生形。因形立名。有「**名**」則推其「**數**」。有「**數**」則得其「**理**」。

編者按：天地萬物皆有形，故籌算以度數作比較，但亦由此而衍生各種競爭，（有惡性、良性）及有真善、偽善、進而更機詐百出，互相對立，由是造成紛爭不已。

【天下皆知美之為美。斯惡已。皆知善之為善。斯不善矣。】

天下事物之理，若以「大道」而觀，本無美與不美、善與不善之跡，皆由人不知道，而起分別取捨好尚之心，故有美惡之名耳。然天下之人，但知合己之意者為美，殊不知在我以為美，別人觀之，則又為不美矣。

【故有無相生。難易相成。長短相形。高下相傾。音聲相和。前後相隨。】

萬物度數勝負比較不可言盡，老子簡列以下幾項作比喻：

有無相生：有與無相並而生。

難易相成：以難知易，以易知難，故二者相輔相成。

長短相形：長與短互相對比。

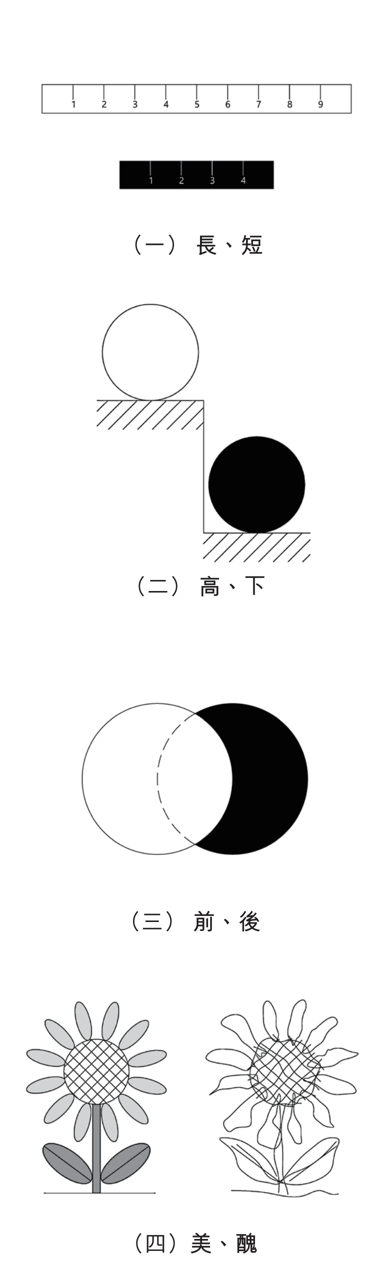
高下相傾：高與低互相映襯。

音聲相和：聲與音互相附和，互相依存。

前後相隨：前與後互相排列追隨。

既生天地、日月、星辰、萬物，則難逃度數（奇偶數、度、量、衡）以作「世間萬事體用」。惟是有度數便產生比較，例如：

有與無，難與易，長與短（圖一），高與下（圖二），前與後（圖三）。有比較，則世間便出現「美惡（醜）」（圖四）。度數（度量衡）原作「體用」，世人日後以「體用」作互相比較而生競爭、好惡的「有為之相」。



（一） 長、短
（二） 高、下
（三） 前、後
（四）美、醜

【是以聖人處無為之事。行不言之教。】

老子以聖人處世行無為之道（無為指體性合大道，因任自然，以德化民）。既世事相對的但不是絕對的。它們可以「正復為奇，善復為妖」，美的可以造成惡的結果，難和易不是一成不變的，而是互相對峙，相互轉化的。故聖人行不言之教，意指非形式條規的督教，而為潛移默化的引導。

高以下為基，居上者，宜體恤位處於下之士，概無下則無高，無高亦無下，二者互持，相輔相成。貴以賤為本，切不可自矜自驕以驕人。

老子指出「度數」只作「體用」，處世應效聖人之道行事，蓋因事皆有別，物各有形，聖人之道，善與惡亦絕對不是對立。參本書刊導讀八〈呂祖外修篇講〉第六章

〈善惡與因果〉：

蓋因人有善惡，正如太極之圖，一善之格，黑白分清，然黑者中有一白，白者中有一黑，蓋表善中有惡，惡者亦有其良知。

【萬物作焉而不辭。生而不有。為而不恃。功成而不居。夫惟不居。是以不去。】

聖人處世，象天法地，天地化生萬物而不推辭避開，不據為己有，不自恃己能，不居功自傲。由於不居功，它的功績才永遠不會被埋沒。

內講：

【有無相生。難易相成。】

參《呂祖全書》卷十〈保精固命品第六〉內文：

呂祖曰。黃芽出土。會合乾坤。心腎二氣。往來交呑。腎右屬陰為魄。腎左屬陽為魂。肺傳心液以滋腎。肝攝元精以潤心。腎修而龜縮首。心養而龍潛鱗。神不移色則精守。精不散欲則氣溶。制實腹於一。闡虛心而靈。烹之以温温之火。養之以乾乾之功。若飛若伏。若忘若存。用之不勞。守之不凝。**故有無相生。難易相成**。

編者按：呂祖以內丹修煉過程，心腎氣液升降，肝肺傳導，抽鉛添汞作隱喻，水升火降，以鉛伏汞，「真氣」周流一身，身內五行互尅相濟，得成大藥，大丹就，結聖胎，由無至有，即老君曰「有無相生，難易相成❶」。

內丹語：真氣生，溫養聖胎於中丹田（黃庭穴），聖胎由無而生有，即【有無相生】，丹成後，由難變易，即【難易相成】。

其餘內丹譬語：

- **【長短相形】**：即出入呼吸，任督二脈往來，前行短，後行長之謂也。
- **【高下相傾】**：即心火在上而使之降，腎水在下而使之升，上下顛倒，坎離之妙用也。
- **【音聲相和】**：即神融氣暢，百脈流通，不啻鳴鶴呼群，同聲相應，不召而自來也。
- **【前後相隨】**：即子時馳於後，午時降於前，乾坤交媾，和合一團，依依而不舍也。

【生而不有。為而不恃。】

「道炁」分陰陽、生萬物，包舉天地、日月。「人道」而言，父母交會，「胎」從伏氣中生，「氣」從有胎中結，氣入身來謂之生。修丹之士，煉「真氣」而成大藥，此「真炁」煉「精化神」而還虛，串三品合一，為修真返回先天之「氣柱」，斯「炁」（先天）或曰「氣」（後天）雖為萬物之母，生天地、生人、生萬物，卻「生而不有，為而不恃，功成而不居」偉哉大矣！

簡說補充：

- 天地未生以前，無需「度數」作「體用」，則無比較。
- 既生天地後，「度數」用作天地升降（壹年三百六十日）、日月往來（晝夜十二時辰）及星辰在天上等的躔度、計算。
- 人世間以「度數」作各種對峙、比較。

本章旨：

老君彰明「道炁」生育萬物之偉大，功成不居。天地萬物成形後難逃度數，惟人也，常以「度數」作比較，以貧富權勢、奸智、偽詐以分有無、強弱、高下。爭奪利害，釀成紛爭，此與「道炁」、「度數」原來之體用相背違。

❶ 難易相成：難易轉化而道成。

《道德經》 三章

【不尚賢。使民不爭。不貴難得之貨。使民不為盜。不見可欲。使心不亂。是以聖人之治。虛其心。實其腹。弱其志。強其骨。常使民無知。無欲。使夫知者。不敢為也。為無為。則無不治矣。】

此章是發掘亂世之根和救世之源。純外講。

外講：

【不尚賢。使民不爭。】

「賢」是才德兼備的人，為什麼老子教人不尚（尊崇）賢?。這是不合理的。老子的道理是教人「不尚假賢」，「尚真賢」，惟是真賢不多。舉例三皇五帝時期的三位大聖賢（原始社會時代，堯帝以天下讓與舜帝，舜帝以天下讓與禹帝，後世稱為「堯風舜日」的盛治之世。三位大賢，我們當然尊崇。但老子認為若為了己身的

名，而崇尚那些偽裝的賢人，則恰成相反。尚賢變作為名而爭之行為，故老君說「不尚賢，使民不爭」。


堯帝


舜帝


禹帝

老子教人要尊崇真賢人。如上圖三位昔日的聖君。不要去崇尚那些偽裝的所謂「賢人」（偽賢人）。否則變作為名、為利而爭尚賢。

【不貴難得之貨。使民不為盜。不見可欲。使心不亂。】

難得之貨，不可勝數，是盜賊的禍根。古時以金銀珠寶玉石為珍貴。老子教人若不珍視那些稀奇珍貴的東西，那麼盜賊就不會為了貨利之誘惑而盜取。若人人都尊重「道德」而不重視貨財時，則盜賊自然減少不生了。富者不炫耀珍貴的寶物，現今社會來說貨如金錢、華屋、名車、寶石等，倘人們不相競持來炫耀，則民眾的心就不會狂亂，如老子所言：「不見可欲，使心不亂」。參《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章第三十〉內文：

經中**不見可欲**。**使心不亂之語**。正**戒**其**妄心**。而慎**守**其**真心**也。

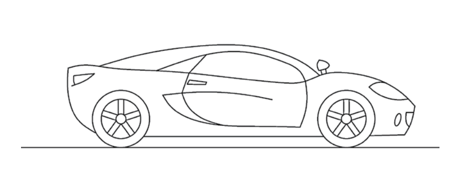
〔錢財〕



〔玉石珠寶〕



〔華屋〕



〔汽車〕

老子教人不可炫露財富，則盜賊自然不生，教人除去爭名互鬥之心。

【是以聖人之治。虛其心。實其腹。弱其志。強其骨。】

老子視「名、貨、欲」三者是「爭、盜、亂」之媒。故聖人治國之策，行虛心實腹之政。心虛意靜，不自見，不自是，不自矜，柔弱持謙和。實者、充實固有之「內德」，自強不息，進道必果。

【常使民無知。無欲。使夫知者。不敢為也。】

老子主張聖人之治，是常使民眾沒有奸詐的心智，把奸機巧智之「知」滅去，而認識實智和分辨是非的良知，是謂「無知」。沒有貪婪的欲，降伏亂思邪欲是謂「無欲」。如此，那些自作聰明的人，雖有機智亦無從施其伎倆，即「使夫知者，不敢為也」。

【為無為。則無不治矣。】

聖人治世，乃推無為而治，教人自我降伏管束，而不需採用繁絮的設施，使民「無知」而民自樸，建立民「無邪妄歪欲」而民自正的大同社會。

本章旨：

老君訓人戒其「妄心」，而慎守其「真心」。因有妄心，貪念必起，則作事只知利己，罔（不）恤乎人，善念由此而消。貪有多端種，不能盡說，如所貪在「名」，則意為之牽，患得患失，無所不至，倘不如意，則怨於人，貪化為嗔（怒、生氣）。所貪在「利」，則思奪人所有，飽己之欲，機謀變詐，最後化為盜賊、壞人。

《道德經》 四章

【道沖而用之。或似不盈。淵兮似萬物之宗。挫其銳。解其紛。和其光。同其塵。湛兮似若存。吾不知其誰之子。象帝之先。】

此章重點在於「沖」字，純外講。

外講：

【道沖而用之。或似不盈。淵兮似萬物之宗。】

「沖」者虛也，即沖和之氣，源自「先天混元祖炁」（參本書刊導讀一〈創世紀／宇宙生成論〉）。自始炁朴散後，分陰陽，陰陽互爕（調和）互索而生天地。天地形成後，這股「沖和」之氣，凝而不散，至虛真性，恬淡充塞於天地。「天」得之而為天，四時行，寒暑易，日以之升，月以之恒，雲霞雨露，風雷電雹。「地」得之陰陽調和而草木興，倘不調不和，則旱亢成災，或暴雨成潦。（參本書刊導讀八〈外修篇

講〉第一章「陰陽造化」。「人」得沖和（陰陽）二氣而生（父母之氣），陽健陰順。

「沖和」之氣，用之不窮，故「不盈」。若盈，則滿溢不能支持長久，故「道」之體用，**虛而不盈**。「淵」者，深廣莫測之義，「宗」者根宗也。蓋此「沖和」之氣由先天「**道炁**」凝化，涵養萬物，故萬物以「沖」為「**根宗**」或宗主。



天地經歷三次互索後，「**沖和之氣**」充塞宇宙，萬物以「沖和」之氣為「**根宗**」。（參導讀六〈論天地升降、日月往來〉）

這股「沖和之氣」，使陽健陰順：



天得沖氣：

日升、月恒，四時行、寒暑易、雲霞雨露、風雷電雹。



地得沖氣：

萬物欣欣向榮、稻穀豐收。

【挫其銳。解其紛。和其光。同其塵。】

人稟先天沖和之氣而為「性」，常備體用於人事物理，諸如：

挫其銳：化戾（暴氣、乖張）致祥，磨治自盈自滿之失。

解其紛：調解紛雜，免是非爭訟。

和其光：才華內蘊，不露鋒芒，萬善滙通。

同其塵：既和其光，必同其塵，不嫌棄愚賤，混同一起。

人得之：挫銳解紛爭，化戾氣為祥和。和光同塵（生智慧之光）。

植物得之：陰陽和、草木生。

【湛兮似若存。吾不知其誰之子。象帝之先。】

湛兮似若存：沖和之氣，無聲無體，深厚寂窈而存於宇宙，但卻起了無窮的妙用，至虛至靈，於不存見其存，故曰「湛兮似若存」。

吾不知其誰之子。象帝之先：這股沖和之氣，或曰「真性」，生於天地未生之前，故老子說：「我不知道太和之沖氣是誰所生的，或許是宇宙未成形象時，此股「沖氣」已存在吧！

關於「沖和」二字，參《呂祖全書》卷十一〈觀心品第三〉內文：

修真之士。淡食素衣。以絕物陰。名利知止。以復「**和沖**」。

關於「和光同塵」：

（一）參《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄續輯〉內文：

致虛守靜。「**和光同塵**」。以遊於世。抱一以自修。勿雜念。勿貪名

利。內忘其心。外忘其形。以心御氣。以氣合神。以神合虛。

(二) 參《醫道還元》卷九〈真體圓成詳解〉內文：

呂真人曰：世緣借作道緣，**和光混俗**，人事完乎天事。何謂世緣借作道緣？凡一切濟人利物，從塵世上施行者，皆謂之世緣。然雖是塵世之緣，亦統歸「**性**」分內事，所立之功德，是之謂世緣借作道緣。何謂**和光混俗**？「**和**」者，無乖戾之謂，「**光**」者，智慧內含**不**昏昧之謂。與人無爭，而慧光獨具，又不至昏迷於邪途，有樂與人同度，四時光景萬物，皆吾度內氣象，謂之「**和光**」。

本章旨：

老子以陰陽調和之「道炁」，或曰「沖和」之氣，應於天地諸事萬物，德澤無窮。「沖氣」蔭於天地，則風調雨順，稻穀豐收。人能體用「沖和」，可息爭，排難解紛，社會可化戾氣為祥和，處世待人接物，「沖」無往而不利。

惟是末世人心澆漓，道德淪亡，戾氣（殘暴邪惡）充塞天地，遂使天道失常，頻生天災人禍，如兵禍，瘟瘟疫病，水旱之災等等，沖和之氣變成殺氣。不觀乎近世一、二次世界大戰，各國內戰等，傷亡慘烈！此皆人禍（戾氣沖天地）。此天地之劫，實乃由人自召，自應以應數還原，劫始盡也。

《道德經》五章

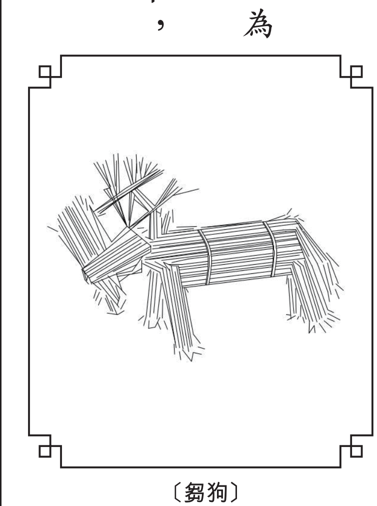
【天地不仁。以萬物為芻狗。聖人不仁。以百姓為芻狗。天地之間。其猶橐籥乎。虛而不屈。動而愈出。多言數窮。不如守中。】

前章老子教人善用天地「沖和」之氣，來排難解紛，化戾氣為祥。此章言「氣機」。分外、內講。

外講：

【天地不仁。以萬物為芻狗❶。聖人不仁。以百姓為芻狗。】

天地生萬物，滋養萬靈，胡為不仁？聖人倘不仁，



〔芻狗〕

❶ 芻狗：古代以草結為狗，供祭祀之用，祭後棄去。比喻輕賤無用之物。

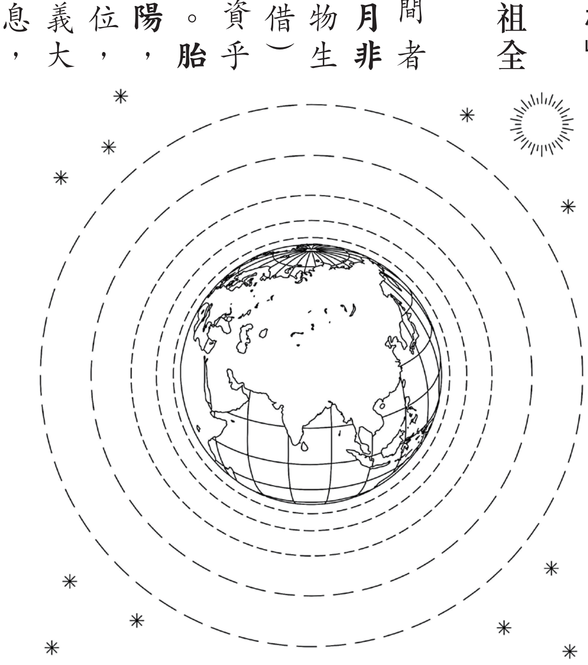
如何能稱賢人？老子今章以「氣機」言「道」。

關於「氣」之詮釋，參《呂祖全書》卷十九〈養氣存神經〉內文：

> 夫「**道**」之在天地間者「**氣**」也，**日非氣不臨照**，**月非氣不生光**。故四時成歲，萬物生成者，無非資（憑、依託、借）乎日月。日月之行，無非資乎**氣**也。**道**之在**人**者，亦**氣**也。**胎卵濕化**，**非氣不生**，**一陰一陽**，**非氣不成**。天地**非**「**氣**」不位，萬物**非**「**氣**」不育，氣之時義大矣。是故胎從氣結，氣從胎息，氣入則生，氣出則死。知養其氣，可以長生。

按呂祖師示，**氣生萬物**，**氣包舉天地日月、升降運行**，**使四季晝夜循環不息**，**一切含靈者**，**容於氣而生於天地**。

天地不仁，以萬物為芻狗：天地無分貴賤，賦「理氣」或曰氣機，與一切含靈動



- 「氣」包舉天地（四季升降）
- 「氣」充塞天地。萬物皆蒙「氣化」，生於天地。故老君言「氣」，視天地、萬物、聖人、百姓及其他含靈動植物為「芻狗」，一視同仁，不分貴賤，平均賦與萬物「氣」生。

植物，天地視萬物為「芻狗」。這是天施地化，不以仁為恩，任自然，不望其報也。

聖人不仁，以百姓為芻狗：聖人法天象地，執道行德。聖人視百姓如芻草、狗畜，無分貴賤，不責望其禮意回報。天地、聖人不仁，是反說，概因「天地真仁」生育萬物後，功成不居不恃。

【天地之間。其猶槖籥❷乎。】

槖籥分外內講：

外講：

天地升降壹周為三百六十日，即壹年。端籟陰陽二氣互調燮。詳參本書刊導讀六〈論天地升降、日月往來〉。陰陽二氣、實乃「氣機」。氣機猶如「槖籥、風箱」包舉天地，使天不傾、地不毀。故天地之間理氣包舉，猶若槖籥、風箱之原理。

內講：

修丹者、入定後，氣靜神凝，收鼻息之往來，運氣自發其爐火，燒丹煉藥，氣動

人類、動物、植物一呼一吸，皆「氣」之陰陽升降。


❷ 槖籥：粵音托若。古代治煉用以鼓風吹火的裝備，猶今之風箱。老子以「槖籥」比喻為動力、源泉。

風生，風生火燃，火候（文武二火）均勻得精英，結成「仙胎」。丹書多以「橐籥」或「爐鼎」之詞，以喻內丹爐火升降，人身猶如一小天地，「真氣」升降運行體內上中下三丹田（修真圖六、七、八號穴），周而復始，通經脈竅穴而結仙胎於黃庭（中丹田），故人身內丹真氣上下運行，如老君曰「其猶橐籥乎」？

《黃庭外景經》二十三章內文：

呼吸守中，則以天地之間為「橐籥」。

《呂祖全書》卷十一〈忘情品第二〉內文：

神云聖火。火即是藥。藥苗生時。其如橐籥。

《呂祖全書》卷十二〈開基採藥品第二〉內文：

鼓巽風（即橐籥）。驅一切三關❸九竅❹之邪。蕩一切五臟六腑之病。且必以神馭氣。以氣定息。呼吸出入。隨其運轉。

《呂祖全書》卷三十一〈沁園春註〉內文：

七返還丹。正一陽初動。身中自有一陽生。**鼓之以橐籥**。煅之以猛火（武火）。則真鉛出坎。而河車不敢暫停留。運入崐崘峯頂（即上丹田、泥丸，修真圖六號穴）。乃可以為還丹。

《呂祖五篇》〈採金歌〉內文：

未採藥、立匡廓❺，**交合❻之時用槖籥**。

編者按：綜合所言，老子所言**槖籥**，乃動靜之機，**陰陽升降之喻**，陰陽亦闔❼辟❽互為其根。

天地陰陽二氣升降本是打開、關閉的自然妙道。每歲一升一降然後分春生、夏長、秋收、冬藏四季之序。修丹者以黃庭（中丹田）為**槖籥**之機，凝神運氣、自發其爐，真氣周身流轉運行，氣融於自身小天地，逆行造化結丹而反先天混元性體。槖籥之奧妙，在於人心，乃動靜之機。

❸ 三關：此指人後天上中下三丹田之識神。上關：專務耳目鼻之欲「好食」。中關：好利爭鬥、貪名財利「好鬥」。下關：私智淫欲「好色」。

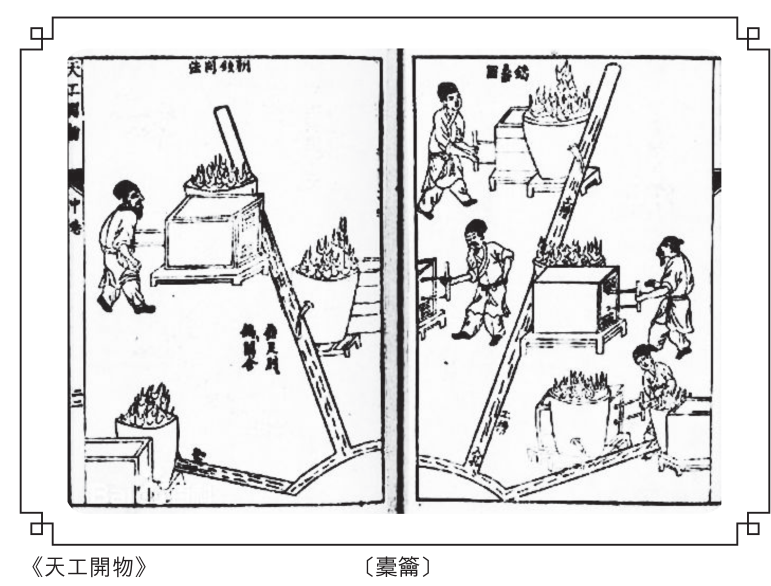
❹ 九竅：人有九孔，陽竅七即眼、耳、鼻、口；陰竅二即大、小便處。

❺ 匡廓：即槖籥之匡廓。

❻ 交合：交合即水火交合，內修語，指腎水、心火。

❼ 闔：關閉，喻陰。

❽ 辟：打開，喻陽。

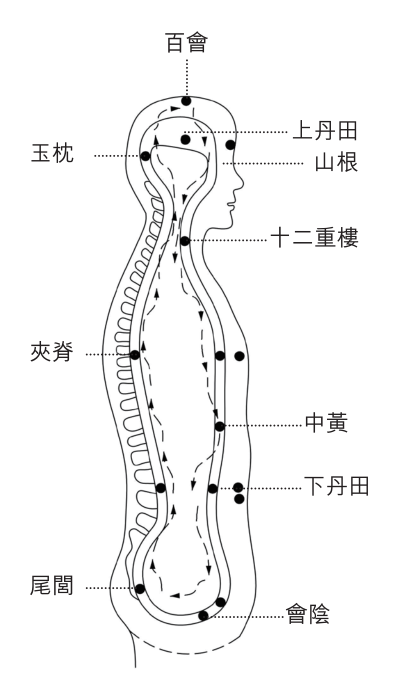


《天工開物》　〔槖籥〕

參《醫道還元》卷四〈天地心詳解〉內文：

呂真人曰：何謂**動靜**？「**動**」者**非**震動之動，**乃陰陽會合**，一點靈機運行於中之謂。「**靜**」者、**非**如頑石之謂，乃變態不測。中和、內含湛然常守之謂，即「**一**」字之義。**動靜**即**闔辟之機**。何謂統歸於籥？**籥者**、**橐籥**也。蓋「**橐籥**」二字，奧妙千層，核其真蘊之原，不外一「**包舉**」二字。太上云：**天地猶之橐籥**，亦即此意。**動靜之機**，**相為循環**，**而統歸至道包舉**。太上所謂「**道法自然**」，便以陶鑄包舉之真諦，即橐籥之奧妙，**人心之機**，**其動靜亦不出乎橐籥之外**。**蓋天地一橐籥**，**人亦居然一橐籥**，**所關要在「動靜」**。**若不先掃除物欲**，**則動為妄動**，**靜亦非真靜**，**橐籥不開**，**亦安能合天地之造化**？

「橐籥」圖解：



〔風箱 〕（橐籥原理 ）

〔眞氣鼓盪〕（橐籥）

內修而言：
人身如一小天地，靜坐運功，氣靜神凝，收鼻息之往來，燒丹煉藥，氣動風生，風生火燃，**真氣生**，周身運轉，其基理如**橐籥**（風箱）。

內講：

【虛而不屈。動而愈出。多言數窮。不如守中。】

虛、動，即氣機在人身運轉，虛不屈，不屈即沒有窮盡。修丹者、真氣既生，須火候調節，真氣自尾閭（修真圖十二號穴）上升，宛如風箱，往復上下，鼓盪一身之經絡，百脈九竅，氣機無息，運用不窮，故曰「虛而不屈，動而愈出」。（詳參本書刊導讀八《太上道祖內修篇》第十三章〈火候調節〉。）

老君教人「養氣不多言」，參《呂祖全書》卷十九〈養氣存神經〉內文：

心與道合。養氣始足。煉形為氣。名曰真人。煉氣成神。名曰神人。煉神還虛。名曰仙人。欲養浩然氣。務在制心。使身為神之舍。神為氣之主。又為氣之子。氣又神之母。安則主人居。躁則主人逋（逃亡）。神去氣即散。氣散身則殂（死亡）。忘言降其心。無為可以固。

編者按：老君教人養氣訥言為務，心清神自靜，口不言，形不勞而氣不散，守其虛靈，而神自明。神貪境則氣散，神歸室則氣融，氣透關節，真氣足而常飽，心氣爽而夢清，保持內心清靜，是「守中」之妙也。

《呂祖百字碑》云：「養氣忘言守，降心為不為」，即此意也。

本章旨：

老君言「氣」包舉天地、升降有序，四時無差，聖功大矣。天地賦「氣」與萬物以生，包括四生(胎、卵、濕、化)，「氣」施「真仁」不居功，聖人觀天之道、執天之行，至聖無絲毫刻意矯造真仁，故稱「不仁」。修丹者，自發其爐火於黃庭穴（中丹田），「真氣」周身運轉結成丹藥，天地之「氣機」，妙不可言。誠如《太初修真黃庭外景經》云：「身中藏天地，凡夫幾個聞？」，修真煉丹之士，聞而後真行，乃悉「天地之間，其猶橐籥乎」之真理。

「橐籥」氣的大功：

- 氣包舉天地，萬物籍氣化而生。
- 人身如一小天地，靜坐真氣生，周身流轉，「精氣神」煉成一炁，可從後天返回先天太極「元炁」。即有為化作無為。

《道德經》六章

【谷神不死。是謂玄牝。玄牝之門。是謂天地之根。綿綿若存。用之不勤。】

此章論「元性、元神」。純屬內講（內修）。

內講：

【谷❶神不死。】

谷神、實乃「性之本體也」。先天未入世之「元性」，常處於虛無飄渺之間，性之靈，與道合一，與仙佛同體，稱之曰「混元」。人生於天地，身從胎結，故曰「胎元」。先天為「性」，後天為「命」。修丹者，倘修為從後天有形之軀體，返回先天，尋回「性體」，即靈陽一點，是性命源頭，謂之「谷神不死」。不死者、冲虛無

❶ 谷：（一）兩山間的夾道成流水道。（二）深的穴口。

形之「**真靈**」，與天地共存，故曰「不死」，即明心見性。參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第二章〈先後天和性命〉。

關於「谷神」之進一步詮釋，參《醫道還元》卷七〈性命洞源詳解〉內文：

溯沖虛於岩谷、聲應可達「**真靈**」。此「**性**」之本體也。何謂沖虛岩谷？沖虛者，漠然靜寂，即「**空**」字之義。岩谷者、山之谷也。四面皆密而中虛，謂之**谷**。惟有此至虛之谷，則沖漠中而山之靈，自得以寓於其間，可以長存❷。古如是，今如是，推到無盡世亦如是，試觀谷之虛，當萬籟皆寂時，則亦寂然存其虛空之體，一有聲響，即應之神速，惟虛故能應，惟應愈覺其靈，**人身上下皆實而中空**❸，**亦具一至虛至靈之地**，**正如沖虛岩谷**，「**真性**」**即寓於中**，當未有感觸，則寂然寥然、無聲無臭、此於穆之真宰，即「**性之本體也**」。一有所感，而本體之**真靈**即應之，與岩谷之應聲同其捷，靈如何耶？惟其靈應如岩谷，故直喻以沖虛岩谷，聲應可達於真靈，《太上經》中所云：「**谷神不死**，**是謂玄牝**」，蓋即此也。

參《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄〉內文：

呂祖云：凡人神不虛。則板滯不活潑。如一渠死水。不朽敗。則變色易味矣。惟虛則不滯。不滯則不著。活活潑潑。若彼「**空谷**」。然一聲鳴。則羣聲應。所以「**人之神**」。貴虛而不死。明佐關祕訣而有靈通變化之妙。

【是謂玄牝。玄牝之門。是謂天地之根。】

玄牝：參《呂祖全書》卷三十〈論朝元〉第十五內文：

人受胎之初。「**精氣**」為一。及精氣既分。先生**二腎**。一腎在左。**左**為「**玄**」。玄以升「**氣**」而上傳於肝。一腎在右。**右**為「**牝**」。牝以納「**液**」而下傳膀胱。「**玄**」「**牝**」本乎無中來。以無為有。乃父母之真氣。納於純陰之地（此言母子宮）。故曰「**谷神不死**。**是謂玄牝**。**玄牝之門**。**可比天地之根**」。「玄」「牝」二腎也。自腎而生。五臟六腑全焉。

編者按：依鍾離祖師所言，「玄」「牝」乃父母精氣所分，父母交會，人於母體成形，先生左腎「玄」及右腎「牝」，「玄」氣「牝」液上下相傳而生其餘臟腑。故老君曰「**玄牝之門，是謂天地根**❹」。

內煉而言「**玄牝之門**」，實為「**先後天之分界線**」。人之入世，難與先天銜接者，因有此門之隔，故不能通。內修深造者，倘真氣能周天上達，透越人身主脈「**督脈**」（參修真圖十一號穴），真氣使黃庭穴門（修真圖七號穴）大開，竅關轉動不閉，則「**精**」合「**元神**」，還丹在望矣。（參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第

❷ 可以長存：即老君曰「谷神不死」。

❸ 中空：此指中丹田（黃庭），藏氣之所。為煉丹培育及溫養「聖胎」之宅舍

❹ 根：物的本源。

十六章〈玄牝之門〉。）

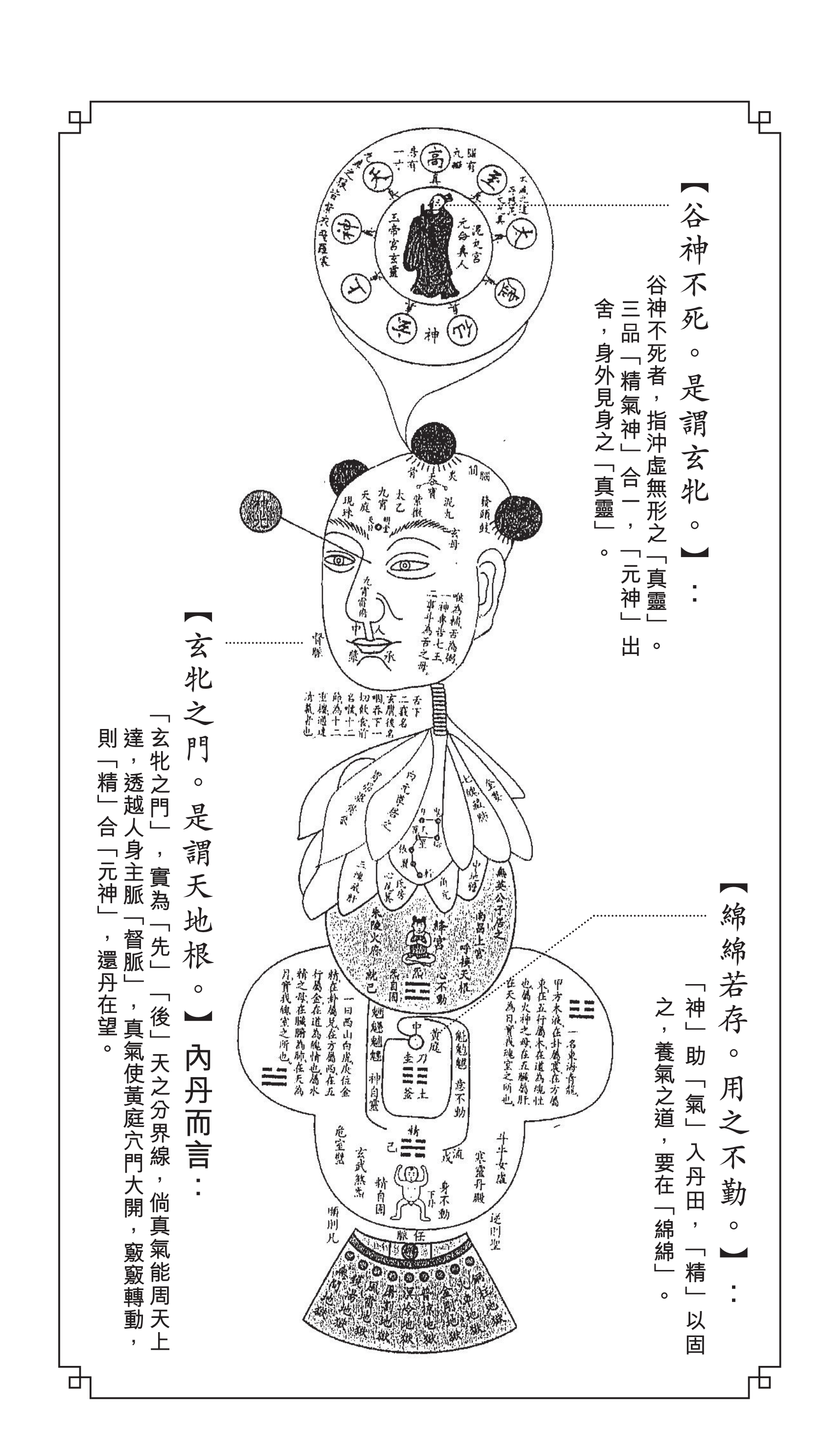
【綿綿若存。用之不勤。】

煉道之士，必先養性葆命，從定靜入手。鼓盪真氣。上通乎心，下通乎腎，真息往來，出入經絡，百脈九竅，煉氣調元養息，「神」助「氣」入丹田（黃庭穴），「精」以固之。養氣之道，要在綿綿，效龜息吐納以求壽長。

綿綿若存：即真息，靜坐內功時，真氣在身內氣動自然。老君用「若」存，為無為矣。倘謂之「曰」存，則有為矣。氣息須聽其自然，自然者：「綿綿若存，用之不勤」。不勤、不艱辛也。

本章旨：

老君以虛谷生神，神虛若谷來喻「谷神」，內丹修煉深造者，其三品「精氣神」可靈通變化。「谷神不死」，乃回復先天無極之「真性靈」。



【谷神不死。是謂玄牝。】：

谷神不死者，指沖虛無形之「真靈」。三品「精氣神」合一，「元神」出舍，身外見身之「真靈」。

【綿綿若存。用之不勤。】：

「神」助「氣」入丹田，「精」以固之，養氣之道，要在「綿綿」。

【玄牝之門。是謂天地根。】內丹而言：

「玄牝之門」，實為「先」「後」天之分界線，倘真氣能周天上達，透越人身主脈「督脈」，真氣使黃庭穴門大開，竅竅轉動，則「精」合「元神」，還丹在望。

《道德經》七章

【天長地久。天地所以能長且久者。以其不自生。故能長生。是以聖人後其身而身先。外其身而身存。非以其無私耶。故能成其私。】

此章論天地、聖人之無私❶聖德，人能無私，則妄念可除而近道矣，分外、內講。

外講：

【天長地久。天地所以能長且久者。以其不自生。故能長生。】

太上道祖《清靜經》云：「大道無形，生育天地，大道無名，運行日月」。「元始祖炁」朴散，分陰陽而生日月、天地、萬物。天地之機，在於陰陽升降，一升一降，太極相生相成，周而復始，不失於道，而得長久。天地化生，詳參本書刊導讀一〈創世紀、宇宙生成論〉、導讀六〈天地升降、日月往來〉及《呂祖全書》卷三十〈論抽添第十二〉。

天地所以能長久不傾不毀，概因天地乃「元始祖炁判分陰陽二氣所生」，故曰

「以其不自生」。天地得以長存，實乃陰陽二氣，互爕（調和）升降，周而復始不失於道。（天地每歲三百六十日互升降一次，使四季循環，日月精華每月往來一次，進退出沒無差。）

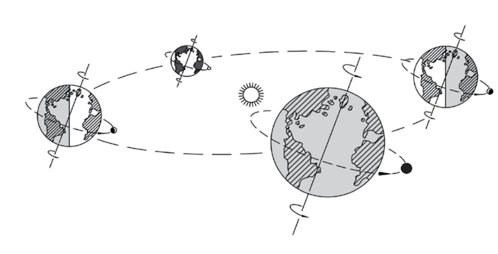
【是以聖人後其身而身先。外其身而身存。】

天地無私化生萬物，上覆下載，一切含靈皆蒙受其蔭庇。聖人體天地之道，先人而後己，不以爭先於天下，是謂「後其身」。天下百姓莫不推尊聖人，惟是聖人以「道德」為本，以「己假幻身」為末，不求榮顯於一身，是為「外其身」而存於世上。

【非以其無私耶。故能成其私。】

聖人以天地之無私為德性，一本公誠，以百姓之心為心，普澤無遺，隨方教化施德，以一己之真心，惠福國家、民族，應衆人所求之「私」。故曰「以其無私，故能成其私」。即聖人無私之聖心，成就天下百姓之求私，因百姓皆有不同的要求，私欲、己心於國與家庭及社會。

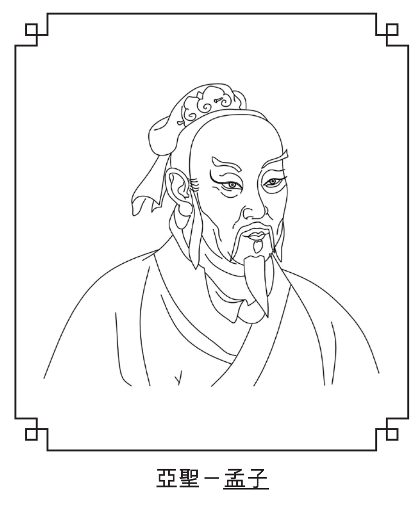
❶ 私：凡屬於一己者皆曰「私」。



【天長地久。天地所以能長且久者。
以其不自生。故能長生。】

- 天、地、日、月皆由「無極元炁」所化（不自生）。
- 天、地、日、月每歲、每月陰陽互爕（互調）升降、往來一次，周而復始，【故能長生】。

上文句義等同宋朝范仲俺於公元一〇四六年所作《岳陽樓記》名句「先天下之憂而憂，後天下之樂而樂」的先人後己，以人為先的精神。又如德蘭修女（一九一〇至一九九七年）及無國界醫生的無私奉獻，捨己為人的精神。



亞聖－孟子

【是以聖人後其身而身先。外其身而身存。非以其無私耶。故能成其私。】

聖人如孔子、孟子等皆畢生宣揚道德文化，惠福國家民族。後世奉為儒教宗師。即以其無私，【故能成其私】。



柳仙

內修之士，效天地、日月升降往來，聚散水火，抽鉛添汞，內外雙修，修真成道去，與天地共長久！

內講：

老君以天地、聖人無私之心，教人無私，無私則欲念除。修丹者，效法天地陰陽升降之機，使真水真火（陰陽）合而為一，煉成大藥，永鎮丹田。陽神出舍，身外見身，浩劫不死，與天地壽齊，即老君云「天長地久，外其身而身存」。

本章旨：

老子以天地聖人無私，教人學長生。天地本不自生，人亦不自生，人能效法天地陰陽升降（腎水升心火降、鉛汞相投），必能長生。否則壽緣盡、輪迴六道，不與天地共長久！

《道德經》八章

【上善若水。水善利萬物而不爭。處眾人之所惡。故幾於道。居善地。心善淵。與善仁。言善信。政善治。事善能。動善時。夫唯不爭。故無尤。】

此章老子以「水」之善德，教人處下不爭。分外、內講。

外講：

【上善若水。水善利萬物而不爭。處眾人之所惡。故幾於道。】

「水」之為物，居五行之始。《河圖》口訣，萬物生成之數：「天一生水、地六成之」。五行相生，天地形成，首先天積「氣」在上、地積「水」在下。後互生「木、火、土、金」詳參本書刋導讀一〈創世紀、宇宙生成論〉，及導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉。世上最善的事物，莫過於「水」，無水、任何生物都不能生存。水育萬物，滋潤群生而與物無爭，不處衆物上。雖是卑污下賤之地，亦不擇而流，與「道性」相近不遠。

【居善地。心善淵。與善仁。言善信。政善治。事善能。動善時。】

以下七項是「水」的聖德：

居善地：水性去上就下，以柔順自安。

心善淵：水雖無心，但水之源流本清澈透明，可鑒萬物，幽深莫測。

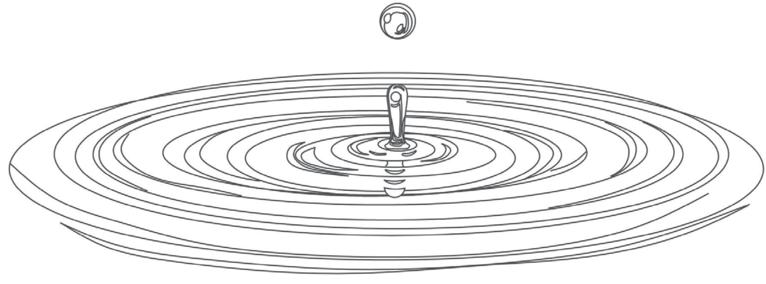
與善仁：水利萬物，生物日用不可缺，其仁大矣。

言善信：雨露均勻有時，遇熱則昇，遇冷則降，守信不移。

政善治：水性不偏不倚，一視同仁，至公正平，萬物各遂其生。

事善能：水理萬物，去污除濁，雨過清新，淨化空氣，行船渡舟，興雲致雨，生物育人，功用至大。

動善時：水助天道成行，四季按時抽添雨露，如春夏蒸雲降雨，以利禾秧耕作，滋潤群生，降濕去暑。秋冬則冰凝霜雪，以合大地陰陽交替，即春生、夏長、秋收、冬藏。



老君以「水」有「七善」之德性，教人效水「七善」：

- 虛心禮下，知止無患。
- 無私欲便無怨。
- 心存仁、愛萬物。
- 真誠無妄。
- 盡己盡人。
- 納眾意、隨宜適用。
- 順天應時。

【夫唯不爭。故無尤❶。】

「水」有「七善」之妙，皆是不爭之道。水既不與萬物相爭，不爭則無嗔（怒），無怒則無「怨尤」。

外講而言：

老君以「水」之德性，教人效水「七善」：

居善地：人心能如止水，不奉上欺下，如水流向下，知其所止，恆安無患。

心善淵：虛心養志，含光內照，無私無欲無怨，便是心靈之善淵。

與善仁：愛物不遺，善以仁利物。

言善信：言語真誠，無假無妄，心口如一。

政善治：因物付物，盡己盡人，隨處皆能發揮善政。

事善能：曲直方圓，隨宜適用，如水流無固定方圓。

動善時：不違天時，不悖物性，可行則行，可止則止。

內講：

水即「坎」，以人身而言，「腎屬水」，內丹修煉，首起匹配陰陽，聚散水火，再抽鉛（水）添汞（火），即以腎水制心火，概心火浮躁不定，刻刻在燃燒，以水制火，如母伏子，大藥當成。詳參本書刋導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉。

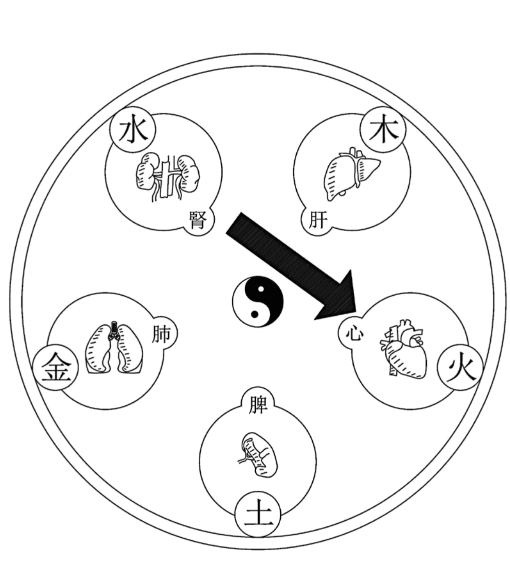
老君內講以腎水制心火，水性柔弱，內丹修煉以腎之真水（鉛）伏心之真火

（汞），即母伏子，使汞不飛散（參《道德經》下篇第五十二章「既得其母。以知其子。」）。亦即老君云：柔勝剛、弱勝強之理。（參《道德經》下篇第七十八章）

本章旨：

外講：水性柔弱，養育群生，居下不爭。人能效「水德」不爭，則無怨尤。

內講：借身腎「真水」或曰「鉛」伏心「真火」或曰「汞」，子母相投，成就大丹。



內修：
以腎水制心火，既因人心（火）刻刻在燃燒，浮躁不定。內修譬語「以鉛伏汞」。

❶ 尤：即罪過、過失。

《道德經》九章

【持而盈之。不如其已。揣而銳之。不可長保。金玉滿堂。莫之能守。富貴而驕。自遺其咎。功成名遂身退。天之道。】

此章老子論說「盈」的壞處，分外、內講。

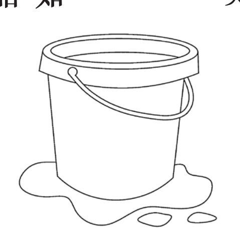
外講：

【持而盈❶之。不如其已。揣❷而銳❸之。不可長保。金玉滿堂。莫之能守。富貴而驕。自遺其咎。】

老子以衆物作喻，解釋（四項）盈滿的禍患。

（一）【持而盈之，不如其已】，重點在「盈」字。

世人知進而不知退，自持自滿，貪位慕祿，終招致傾失之患，如水滿溢傾洩。既知盈滿易失，不如寧欠勿足，適可而止。此意如古語



云：「知足常足，終生不辱，知止常止，終身不恥」的道理。「不如其已」即不如早一步停止追求過份的奢求盈滿。

（二）【揣而鋭之，不可長保】，重點在「鋭」字。

老子以磨利鋒刀，鋭而益求其鋭作喻。此等利刀雖有斷物之能，惟鋭利之刃器，很快就會崩口，畢竟不能用之長久。隱喻：世人以智巧奪取自處，進進不已，炫露己能，鋒芒畢露，亦終受挫敗，不得長保。

（三）【金玉滿堂，莫之能守】，重點在「滿」字。

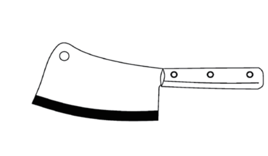
算是富貴金玉，積至滿室（比喻非常富貴）。但臨命終時，守之不得。即經懺書云：「金銀珠寶滿山積，死後何曾在手中！」況財多必招妒忌，易招盜賊或騙徒。

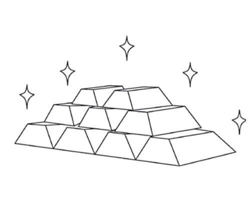
解決財多之法：仁者以財發身，積財不如積德，取之於天下，用之於天下，富人宜多作善德諸事，積德以蔭後人，所謂「窮則獨善其身，達則兼善天下」。

（四）【富貴而驕，自遺其咎。】重點在「驕」字。



❶ 盈：滿。如器盛物過於盈滿則傾失。
❷ 揣：解捶磨
❸ 鋭：解鋭利。





這富貴是指前三項既得者，概富而貴者，大都是驕傲矜恃，盛氣凌人。倘如是者，必惹致他人憎恨怨懟，不自覺遺留罪過了。

以上四項：功利、名位、財寶、富貴不能長保之原因，是壞在「盈、銳、滿、驕」四字上。

【功成名遂身退。天之道。】

功成名遂，已達頂點，退身於外，才能善終其功，善存其名，避免咎禍。身退、天之道，是天所行的正道。

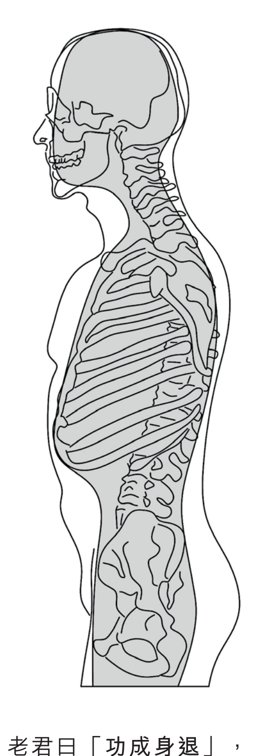
內講：

參《醫道還元》卷二〈論症候源流詳解〉內文：

呂祖曰：人之有身，即天地所生之身。官骸百體，亦居然象之昭著，而無不統於陰陽。陽剛陰柔，相摩相蕩，交濟而成化育之功，謂之調理。然陰陽雖本自調理，或有時偏勝，則本調者不調、本理者不理。如陽勝陰則陰衰，必至於燥而亢。陰勝陽則陽消，而氣血之生生漸息。所以人身之陰陽，不可有所偏，一偏則謂之不調理，而病從此生焉。故人欲調理其陰陽，固當於**未**病時加以養正之功。其或養正之功，偶有所間，內之真一氣未固，外復為四時戾氣侵襲而入，入之淺而病猶輕，倘不防禦，必至愈入而愈深，則病進矣。**天地不能有常而無變**，**猶之人不能無病**，**亦貴察而識之焉**。寒來暑往

者，時氣之推遷，**四時不能有寒而無暑，寒與暑實相為倚伏**（即互相依存，互相影響）。其往來消息之機，每準乎節候，按序而進，「**功成而退**」，**謂之憑四序之遷，蓋四序之寒暑推遷，即陰陽之屈伸消長，在人亦然**。

編者按：上文呂祖以天地四時交替，暑往寒來，以喻人身不能沒有疾病。宜於未生病時作防禦（少思淡食）。天地寒暑互相轉化，功成而退。倘天地陰陽二氣「盈而不虛」，則氣必盡而傾，陰勝陽或陽勝陰，則必陽亢而陰枯，如斯二氣（指陰陽二氣）必不能互換升降，四時失序，有晝無夜或長夜無白晝，如斯則天傾地毀，不能長久矣。**比若人身，陽盛則燥而亢，陰盛則氣血衰弱，安有不生病乎？**



老君曰「功成身退」，如此方能使陰陽屈伸消長，比喻人身內體：人身軀外屬「陽」，內屬「陰」，倘陰陽失調，偏寒或過燥，身必患病，故曰「不可長保」。

本章旨：

老君以「盈」喻處世必不長保，喻身軀則必生病無疑。古云：「滿招損、謙受益」，滿即盈。信哉斯言。

《道德經》十章

【載營魄抱一。能無離乎。專氣致柔。能如嬰兒乎。滌除玄覽。能無疵乎。愛國治民。能無為乎。天門開闔，能無雌乎。明白四達，能無知乎。生之畜之。生而不有。為而不恃。長而不宰。是謂玄德。】

本章以「雌」陰、靜為體用，使魂與魄合一，純屬內講（內丹修煉）。

內講：

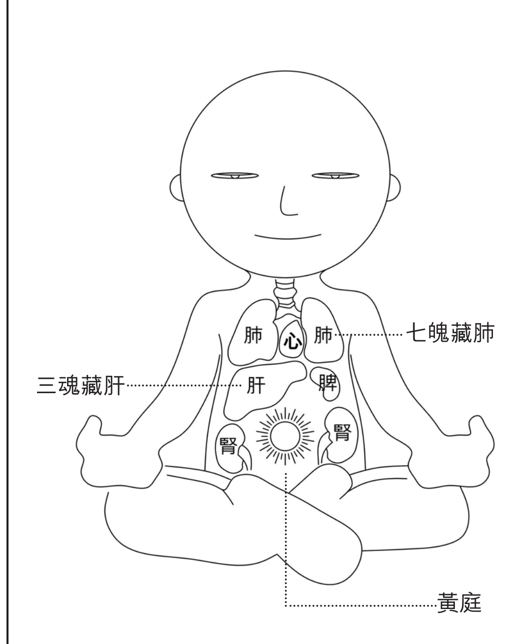
【載營魄❶抱一。能無離乎。】

解釋「魂」與「魄」：

人有魂魄，魂者屬於先天，魄者屬於後天。先天混元，後天胎元，所結而成者，魂與魄也。人之生也，魄先結於胎，魂附之於後。人之死者，魂先離去，魄始腐壞（即肉身腐壞）。如是魂魄相離，六神無主。魂神屬陽，好動馳外，魄屬陰，喜靜

止。而聲色財貨，又常誘人神昏迷，魂馳（疾驅）而不守舍。如不制止，魂神將離形魄，到頭來，陰多陽少，最終病死。因此，修道者，宜須割棄嗜欲貪念，斷絕魂神外馳而為一，以求長生。

內修者，以雌（靜）入手，能使魂魄堅定，兩者聚而為一，結於黃庭（參修真圖七號穴），出入丹田，貫泥丸（修真圖六號穴），可通上下，漸次三品「精氣神」合一（修真圖一、二、三號穴），修成大道。老君教人以雌（靜）入手修煉，使魂魄合一不離，故曰「魄抱一、無離」。魂與魄煆煉，詳參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第四章〈內丹之運用〉。



【載營魄抱一。能無離乎。】

魂（陽）主動、魄（陰）主靜。
靜坐以靜（魄）制動（魂），使魂魄堅定，聚而為一，結於黃庭（中丹田、修真圖七號穴），出入丹田（上中下三田、修真圖六、七、八號穴）。

❶ 營魄：河上公注解，即魂魄。

【專氣致柔。能如嬰兒乎。】

此指胎息吐納。修丹者、行氣時，凝神靜慮，專氣致柔，呼吸吐納，做到輕、緩、勻、長、深，又謂之曰「龜息吐納」。此行氣式，如嬰兒在母胎中，不用口鼻呼吸，而行腹中內呼，不食而能長壽，骨細筋柔，握固守一。龜息吐納法，參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第十九章〈龜息吐納〉。

龜息吐納

【滌除❷玄覽❸。能無疵❹乎。】

修真之士，明心養性，一切七情六欲，身外之物，宜以輕淡應之。使「先天圓明的性體」重現。取魄（雌、靜）以制魂（因魂常好馳動）。靜生慧光，則智通而明，慧生光而潔。此時也，光之所照，萬物俱現，神不外馳而知天下事，不用費心神閱讀千經萬典，慧光能洞曉世情萬事，具神光智慧，可鑑萬物。能達此境，如老君云：「滌除玄覽」，無病礙。即河上公註：「心居玄冥❺，覽知萬事」。

【愛國❻治民❼。能無為乎。】

老君教人愛惜身體，勿被諸般情欲所牽累。常處清靜，無為自然，使神定、氣聚、精沛。治身如治國。

【天門❽開闔❾，能無雌乎。】

人心常動，動必情欲生。老君教人以靜制動，使人心趨寂，寂能生慧，慧光常照，應事物則不迷。《清靜經》云：「真常應物，真常得性，常應常靜，常清靜矣」。又如〈呂祖百字碑〉云：「真常須應物，應物要不迷，不迷性自住，性住氣自回」。能「守靜」，即「能為雌」，雌屬陰，主靜。

【明白❿四達，能無知⓫乎。】

修真者、心淵純淨，不被情染物蔽，若「性」能清、清而靜、靜自明、明如鏡

❷ 滌除：灑掃清除之意。
❸ 玄覽：洞觀無礙之意。
❹ 疵：弊病。
❺ 玄冥：指暗昧。
❻ 國：人的軀體。
❼ 民：人身中之至寶「精氣神」。
❽ 天門：指人的心神、心淵、先天的性與後天的靈。性主動、喻魂。靈主靜、喻魄。
❾ 開闔：開與合、指動力。
❿ 明白：虛能生「明」，靜能生「白」。
⓫ 無知：即是不有情識，無物欲閉塞，無所不知，無所不明矣。

光，自見本性。如皓月當空，無處不明，能達斯境，世情無所不知，無所不明。能如是者，皆因常雌（靜）。

【生之畜之。生而不有。為而不恃。長而不宰[12]。是謂玄德[13]。】

此段言神氣住，往來真機。

參《呂祖全書》卷十一〈養氣品第五〉：

> 夫學玄者。必須保身。行走坐臥。**氣**常馭**神**。神出便收。以固元根。歸吾心竅。運**氣**馭**精**。《胎息經》曰：「胎從伏氣中生。氣從有胎中結。氣入身來謂之生。神若離形謂之死。神行氣行。神住氣住。能馭之者。神氣自住。**生而不有**。**為而不恃**。無所住中。乃見真機。以神馭氣。惟靜惟虛」。

編者按：上文綜言氣息真機，氣馭神使神住不離，運氣馭精以結聖胎。「真氣」從「虛無」自生，「虛」以雌（靜/魄）為萌芽生機，惟雌（靜）雖為「內丹真氣」生畜之真機，但「雌、靜」卻不作「氣」之主宰，故曰：「生之畜之。生而不有。為而不恃」，「雌」（靜）既不有不恃，所以老君謂「雌」（靜）之玄功至大，讚為「玄德」即天德。

〔守雌（靜）圖〕

以靜、雌（魄）制動（魂）的證驗：

- **「滌除玄覽。能無疵乎」。**

性光現，不用費神外馳遊歷，可知世態事物發展。

- **「愛國治民。能無為乎」。**

去情遠欲，惜身軀，治身如治國。

- **「天門開闔，能無雌乎」。**

守靜應物，慧光常住。

- **「明白四達，能無知乎」。**

性虛自見本性，世情明達。

- **「生之畜之。生而不有。為而不恃。長而不宰。是謂玄德」。**

靜（**雌**）為**氣息**（**真氣**）萌芽之生機，「**真氣**」生以氣馭神、運氣馭精而結聖胎。內丹修煉過程，**雌**（靜）居首功，但「**雌**」卻不作「**氣**」之主宰，故老君譬**雌**（靜）為「**玄德**」（天德）。

本章旨：

老君以雌（陰，靜，魄）為修丹入門主基，從靜入手，使魂魄合一不離，丹田龜息吐納，修靜守雌而慧生光，洞識事物，應物不迷。「雌」靜之德，稱為「玄德」。

⑫ 不宰：不作主宰。

⑬ 玄德：天德。

《道德經》十一章

【三十輻。共一轂。當其無。有車之用。埏埴以為器。當其無。有器之用。鑿户牖以為室。當其無。有室之用。故有之以為利。無之以為用。】

此章言「虛實」互為「利」、「用」，分內外講。

外講：

【三十輻❶。共一轂❷。當其無。有車之用。】

三十輻，共一轂：老子以古時車輪為喻，集三十根輻條安裝在一個車轂轆上，因為這轂轆之中心須挖空，以其空洞之圓孔處穿上車軸。

當其無，有車之用：有了轂轆的虛無空處，才能裝上車軸，使車輪有轉動的作用。



〔人力車〕
《通書》〈孔子問答小兒論〉

〔轆〕

老君借喻於車，曰車有輻有轂，幅共三十根，以象日月之運行。（日月、魂魄往來盈虧壹周為三十天）。喻人身內丹運行亦以周天運轉。

【埏埴❸以為器。當其無。有器之用。】

器皿的真用處，並不在盆碗等之體與面上，乃全在它的中空部分上。故器皿因為有虛無的空間，才能盛物。

❶ 輻：車輪上的輻條。
❷ 轂：（粵音谷）車輪中心安裝輻條的圓木。轂、車的簡稱。
❸ 埏埴：是水土和泥，用泥做成的器皿。

【鑿户❹牖❺以為室。當其無。有室之用。】

建造房屋，開鑿門窗，室內空間才是其實用處。

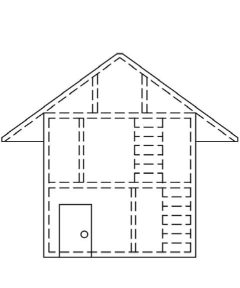
【故有之以為利。無之以為用。】

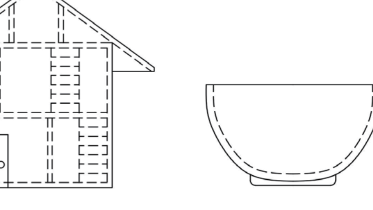
「有」之以為「利」：以上三者，車利交通，器利飲食，室利居住，即產生效果。

「無」之以為「用」：車轂中空。器皿中虛，戶窗空洞，即發揮作用。

以上車、器、室說明：

事物由「有」與「無」（或中空），「實」與「虛」構成，其中的虛無部分，只有通過其實用部分才能有實用。



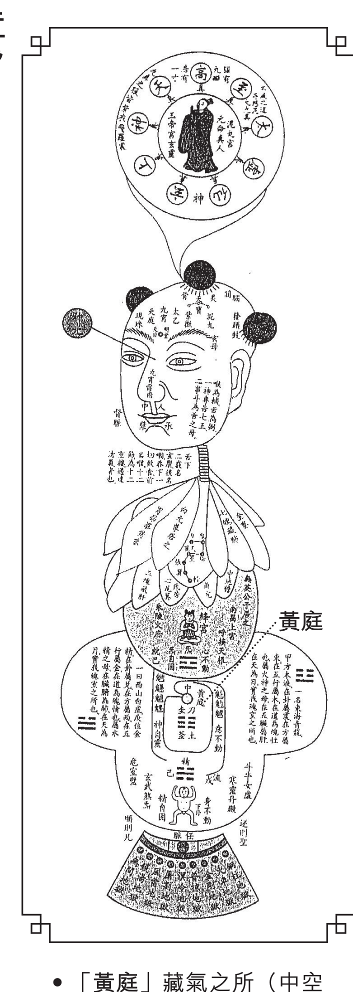


內講：

人身之「中丹田、黃庭穴（修真圖七號穴）為**藏氣之所**，老子以三物：「車、器、室」之「無」或「中空」作喻煉丹還虛之道。

- 輻乃車之黃庭。
- 器乃**埏埴**之黃庭。
- 牖乃室之黃庭。

「黃庭」借用三物中虛作藏氣之所，「真氣」自黃庭穴生而周流全身田穴、竅脈，煉丹在「此」，還丹在「此」，成功在「此」（此：即黃庭穴）！



- 「黃庭」藏氣之所（中空虛）。煉丹借為「利」，「真氣」生為「用」。
- 易曰：「形上謂之道，形下謂之器」。非器無以見道，非道無以載器。

註：
形上為無形狀、無體。（指道虛，黃庭）
形下為有形有體。（指物、身體）

本章旨：

老君言虛與實互相利用，如人身的肢體為外殼的實有，修真者，可藉身內的虛（黃庭穴）為「利」，達到無窮的妙「用」。故道書云「虛無能制有形道者、空也」。

❹ 户：門。
❺ 牖：（粵音友）窗。

《道德經》十二章

【五色令人目盲。五音令人耳聾。五味令人口爽。馳騁田獵令人心發狂。難得之貨。令人行以妨。是以聖人為腹不為目。故去彼取此。】

此章言「五」種物欲之害，分內、外講。

外講：

【五色❶令人目盲。】

五色、汎指繽紛色彩。人之分別五色，正是眼之識。眼流逸奔色，心隨物而去，目中之所見必亂，心中之見已忘失其正見，真理不見，故曰目盲（昏暗）。

【五音❷令人耳聾。】

耳隨音而去，心亦隨音而去，則耳根未能清靜，流逸於奔聲而失其真聞，故聾

（聽覺遲鈍、不靈，經書真聞聽不入耳）。

【五味❸令人口爽❹。】

凡有可飲可食者，皆有五味。豐美的飲食，**元性**被一切**滋味所攝**，**迷**於味而亂性，浸淫於肉食，自然縱於色欲。舌流奔於味而失其**真味**，常貪吃辛辣味重食物，最終必失去味覺，故曰**爽**。（敗壞）。

【馳騁❺田獵令人心發狂。】

東奔西走，**逐**物移心，放蕩不羈，有若（像）縱情狩獵，**其身狂其心亦狂**。心流逸

❶ 五色：五種顏色：青、黃、赤、白、黑，是五行之正氣所化。五行各配五色：東：青色。南：赤色。西：白色。北：黑色。中：黃色。

❷ 五音：宮、商、角、徵、羽。也叫五聲。

❸ 五味：酸、鹹、甘、苦、辛。

❹ 爽：傷敗、敗壞。

❺ 馳騁：縱橫奔跑。

青、黃、赤、白、黑

宮、商、角、徵、羽

酸、鹹、甘、苦、辛

- 【五色令人目盲】：心隨外物所誘（失真見）。
- 【五音令人耳聾】：耳根未能清靜（失真聞）。
- 【五味令人口爽】：浸淫肉食、縱於色欲（失味覺）。

奔境，必失其正定，故發狂。

【難得之貨。令人行以妨❻。】

貪求珍寶奇物，若貪之不義，得之不喜，禍辱悔咎益，由此而起。所謂利令智昏，是皆以物欲喪心，故「妨」。

【是以聖人為腹❼不為目。故去彼取此。】

孔子曰「飯疏食飲水，而樂在其中」。可知孔子深得不味中之真味。奉道者，咬菜根，淡中有味，只求溫飽，自然諸病不作，即「為腹」。不為目：《陰符經》云：心生於物，死於物，機在「目」。人之見物（即目見）而生染着，是謂死之於物。人之忘於「目」，得大徹悟者，其機在於此（即目見而空於色誘）。且人有六根：眼耳鼻舌身意。眼根是六塵根中第一之根，見物不貪不染，認目識為幻，一切塵緣，皆宜去之，故「不為目」。

內講：

● 參《陰符經》：性有巧拙，可以伏藏，九竅❽之邪，在乎三要，可以動靜。李涵虛祖師註上文：有氣質之性，有本來之性。氣質之性，似巧實拙，本來之性，似拙實巧，此二者，可以伏藏不動。夫人之所以不能伏藏者，以其有九竅之邪耳。九竅之邪，又以耳目口為三要。此三者，可以動，可以靜。靜則含眼

光，凝耳韻，緘（封閉）舌氣。三要「反」為三寶。動則色令人盲，音令人聾，味令人爽。三要適（至）成三害。

編者按：李祖師教人以靜除三害（目、耳、口），並修成「三寶」，即含眼光、凝耳韻、緘舌氣。

- **參太上道祖**《五廚經》：諸食氣結氣，非諸久定結。氣歸諸本氣，隨取當隨洩。

- **李涵虛師註**《黃庭經》曰：人皆食穀與五味，獨食太和陰陽氣。由此印之，諸凡食滋味以養氣者，不過暫時融結之氣，旋飽旋餒（饑餓）。非一氣和泰和之氣，長存身中，久久定結也。**五臟**（心肝脾肺腎，內五行）之中、各有泰和為本，至人（聖賢、修真者）**攢**（聚集）**合五氣**（即身內五臟之氣），立為丹鼎（修煉丹功、煆鼎煉爐）。鼎中一氣生來，各歸諸氣之本，我隨取之，亦隨洩之，取則**五氣朝元**❾，洩（解暢發之義）則百骸俱理（調理）。**五行配五味**：金「辛」、木「酸」、水「鹹」、火「苦」、土「甘」。

❻ 妨：傷害。行妨、害己或害人。
❼ 為腹：注重修持內在之德性。
❽ 九竅：人身陽竅有七：眼、耳、鼻、口、共七竅。陰竅有二、即大小二便處。
❾ 五氣朝元：參本書刊導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉題目：〈玉液、金液煉形〉。

太上清靜經

【是以聖人為腹不為目。故去彼取此。】

修真者，求溫飽養生，以清靜除三害（目、耳、口）。

本章旨：

世人以「色、音、味、心狂、貪貨」五害為樂。老君教人離該五欲，不貪食五味，常以靜制三害（目、耳、口），逆修為三寶。

《道德經》十三章

【寵辱若驚。貴大患若身。何謂寵辱若驚。寵為下。得之若驚。失之若驚。是謂寵辱若驚。何謂貴大患若身。吾所以有大患者。為吾有身。及吾無身。吾有何患。故貴以身為天下。則可寄於天下。愛以身為天下。乃可託於天下。】

此章言「名」、「利」之大害，教人重道忘身外之負累。純外講。

外講：

【寵❶辱❷若驚，貴❸大患若身。】

寵辱若驚：平常人因沒主見、沒立場，一旦受到外人寵幸或羞辱時，便受驚、心不安。

❶ 寵：受人寵幸、抬舉。

❷ 辱：貽人羞辱、貶斥。

❸ 貴：是看重。



貴大患若身：人把自己的名利、地位、虛榮和聲名，看得太重，把寵辱禍患看得像生命一樣重要。

【何謂寵辱若驚。寵為下。得之若驚。失之若驚。是謂寵辱若驚。】

何謂寵辱若驚、寵為下：倘若僥倖受人抬舉，必叩頭呵護奉承，倘無被寵，則可傲然而立，不用垂頭乞賜。以此比較，雖受寵，實乃「辱」之甚也。

得之若驚，失之若驚，是謂寵辱若驚：倘未獲寵幸時，整天憂慮何時受寵。倘既得寵幸，又驚恐一旦失去，恐失寵之時，受人諷刺謾罵。患得患失之心，常纏擾心間。

【何謂貴大患若身。吾所以有大患者。為吾有身。及吾無身。吾有何患。】

人貴身是大患，不貴身則諸患皆無，老君教人破除我見我相。若我相不生，自無煩惱，亦無憂患了。及吾無身，吾何有患？並不是死去之謂無身，乃是雖有身在而不以身為貴之「無身」。不以身為患時，自能寵辱不驚，寡愁清心。

【故貴以身為天下。則可寄於天下。】

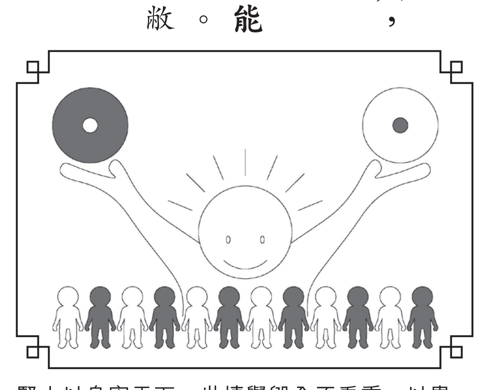
人能把自貴其身之心，轉向去貴天下，視天下之大我同一己時，那已沒有世俗之自私心。這時若把天下的權柄交給不貴身之賢士去治理，則天下焉能不治呢？

【愛以身為天下。乃可託於天下。】

賢人把愛護自身之觀念去愛天下人，不分彼此，一視同人，那麼就可以將天下之眾生，托靠給這賢人，則民無不安了。

參《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄〉內文：

大凡為人。要眼界高。胸次寬。**受寵若驚**。**見辱能忍**。量如滄海。心若太虛。萬乘千鍾❹。在我所當受。受之不以為榮。古聖人有天下而不與❺。棄天下如敝屣❻。其心何常有富貴貧賤在。



賢人以身寄天下，世情譽毀全不看重，以貴自身愛自身之心去貴天下、愛萬民。

本章旨：

老君教人：

（一）以中道用事，世情上的譽毀，不必看得重，不搖動心。



（二）不要用私心以身之佔有為重，當以貴身愛身之心去貴天下，愛萬民。如斯，在上位者，則可化治天下。

❹萬乘千鍾：喻量重而多。
❺不與：不接受。
❻敝屣：破鞋、不惜拋棄。

《道德經》十四章

【視之不見名曰夷。聽之不聞名曰希。搏之不得名曰微。此三者不可致詰。故混而為一。其上不皦。其下不昧。繩繩兮不可名。復歸於無物。是謂無狀之狀。無象之象。是謂恍惚。迎之不見其首。隨之不見其後。執古之道。以御今之有。能知古始。是謂道紀。】

本章言「道」為虛靈之性體，全屬內講（內修）。

內講：

【視之不見名曰夷❶。聽之不聞名曰希❷❸。搏❹之不得名曰微❺。】

老君以「希夷」、「微」來形容下列「道」的表述：

（一）先天無極道炁（參本書刊導讀一〈創世紀、宇宙生成論〉）。

（二）太極、陰陽二氣（天地八卦、五行、六氣）。

(三) 先天元性，人未生於天地前或稱「混元」（參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第二章〈先後天和性命〉）。

上述三者皆為「道」的元素。

老君以：無色（不能視）、無聲（不能聽）、幽深（不能攫取）來形容「道」的虛靈本性。

【此三者不可致詰❻。故混而為一。】

以上三者，無色「夷」、無聲「希」、幽深「微」。由「道體」混融而不可分割，三者一、一者三，故曰「混為一」。

❶ 夷：無色。
❷ 希：無聲。
❸ 希夷：形容虛寂微妙，不能感知的境界。
❹ 搏：捕捉、攫取。
❺ 微：幽深、精妙。
❻ 致詰：詰、粵音竭，追問。致詰：表達追問、思議。

【其上不皦❼。其下不昧❽。繩繩❾兮不可名。復歸於無物。是謂無狀之狀。無象❿之象。】

道體虛空，渾渾溟溟，包羅萬法，無所不在，似明非明，似暗非暗。仰觀其上，其上不分明，俯察其下，其下不昧，乃真一不二之「虛靈」。此靈即「性」，或曰「元精、元氣、元神」。即老君曰「其上不皦。其下不昧」。

「道」既存於宇宙之中，是永恆的常在，無有間斷。存於神曰「真靈」，存於人曰「心性」。此「道」綿綿不絕故曰「繩繩」。

關於「道」的闡釋，詳參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第一章〈論道〉。今摘其要文作參：

「道」之微妙，既不見，亦不聞，更無色，亦無觸，瞬息失其所在。若有若無，似實亦虛，靜若處子，動似風雲，降本源於微末，發自性於天心。天心有道，人心好之，「道」行何處？繞日月而隨五行。

編者按：上文概括老君表述「道」之本體，即不見、不聞、不搏（無觸）、瞬息失其所在。即老君曰「復歸於無物」。

道體若有若無，似實亦虛。即老君曰「是謂無狀之狀、無象之象」。

【是謂恍惚⑪。迎之不見其首。隨之不見其後。】

此言道之本體幽深、精妙。於聖神、仙佛而言，此指「真靈」。於人而言，修丹者、身內真氣周天運轉，透貫任督二脈（參修真圖十、十一號穴）、精氣神合一（即三品）（修真圖一、二、三號穴），元神出舍離五行而出小天地，乃身外見身之時。斯際也、恍恍惚惚、似有若無、有所覺而無所覺、若存若亡（內丹語：元神出舍）。故曰「是謂恍惚」。參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第十六章〈玄牝之門〉及第十七章〈出入玄牝〉。

「道」或「真靈」既無色、無體、似實亦虛，靜若處子，動似風雲，放之則彌（即：滿、遍）六合（東南西北上下），卷之則退藏於密，瞬息失其所在，故老君謂「道」之本體，「迎之不見其首，隨之不見其後」。即前觀無始、後觀無終之義。

⑦ 皦：（粵音皎）分明，如玉石之白。

⑧ 昧：昏暗。

⑨ 繩繩：眾多貌，綿綿不絕。

⑩ 象：凡形於外者皆曰象，如氣象、星象。易繫辭：在天成象，在地成形，變化見矣。

⑪ 恍惚：幽深、精妙。

【執⑫古之道。以御⑬今之有。能知古始。是謂道紀⑭。】

「大道」乃無象之象、似恍亦惚，無處摸索下手。惜人卻不知「道」在目前，人能反觀自性，不著聲色有無，離色相，則處於「無象之象」，自然萬法混而為一。執此無象之「古道」而修持，以御今生住世，即老子曰「執古之道，以御今之有」。知「道」之綱紀，以「無為」為「體用」，返先天無極太虛之境，尋回「原性、混元」。即道君云：「能知古始，是謂道紀」（即道之綱紀）。

本章要旨，倘以片言隻字，不易明解其要義，關於「恍惚」二字之詮釋，參《呂祖全書》卷三十一〈七返還丹〉內文：

道要玄微，天機深遠。

大道無形。生育天地。大道無情。運行日月。大道無名。長養萬物。吾不知其名。強名曰「道」。**杳杳冥冥。其中有精。恍恍惚惚。其中有物**。**視之不見**。**聽之不聞**。**搏之不得**。無中生有。天機深遠。玄妙難測。《陰符經》曰：「天有五賊。見之者昌⑮」。知之修煉。謂之聖人。苟非洞曉陰陽。深達造化。安能鑿開混沌？採天地父母之根。而為大丹之基。擘裂鴻濛。取陰陽純粹之精。而為大道之基。攢簇五行。和合四象⑯。三花聚頂。令一氣不昏。五氣朝元⑰。使陽魂不亂。放縱於杳冥之中。**往來於恍惚之內**。搬運出入。移神陽舍。功成行滿。位證天仙也。

李涵虛祖師註釋呂祖師所云《陰符經》曰「**天有五賊，見之者昌**」：「**賊**即下文**尅**字盜字之義。**五賊五行也**。天有五行。**相剋寓相生之妙**。**相盜藏相宜之機**。人能洞見其理。則道氣昌隆。夫五行在人心中。倒行逆施。方能相剋相生。相盜相宜。觀此妙義。在天已然。人能體天施行。則宇宙在手。萬化生身矣。既曰生身。則五賊**非**賊也」。

編者按：據李祖師註文：「觀此妙義，在天已然，人能體天施行，則宇宙在乎手」，此即老君云：「執古之道，以御今之有」。

再參《玉皇心印經》內文：

上藥三品。神與氣精。恍恍惚惚。杳杳冥冥。存無守有。頃刻而成。

及參《呂祖全書》卷十二〈開基採藥品第二〉內文：

⓬ 執：解執持。

⓭ 御：治理、統治。

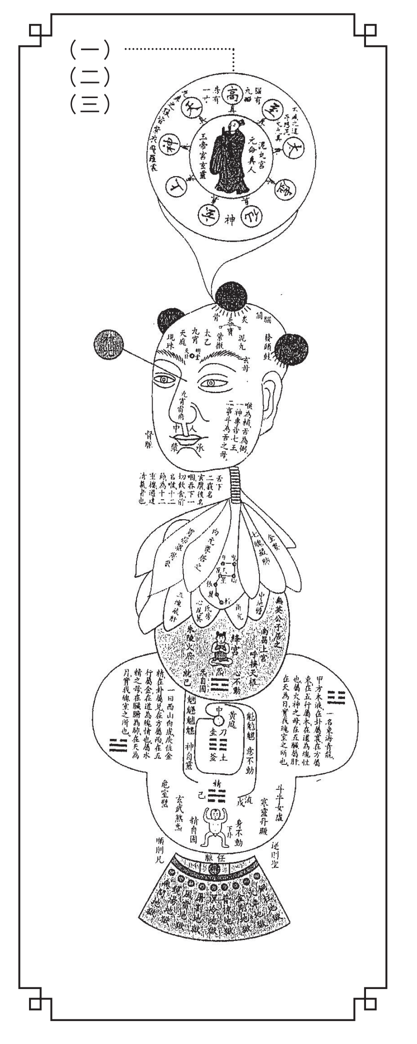
⓮ 紀：綱紀。

⓯《陰符經》文云：「天有五賊。見之者昌。五賊在心。施行於天。宇宙在乎手。萬化生乎身」。

⓰ 四象：太極生兩儀。兩儀生四象，四象生八卦。四象：金木水火。卦象以震為木、离為火、兑為金、坎為水。亦四時之象：春木、夏火、秋金、冬水。

⓱ 五氣朝元，三花聚頂：內丹語（參本書刊導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉題目：〈玉液、金液還丹〉）。

廣成子曰：「至道之精。窈窈冥冥」。《道德經》第二十一章內文云：「**窈兮冥兮。其中有精。夫精甚正**」。「**真精**」乃真種。夫「**真種**」者何也。或名「**陽精**」。或名玄珠。或名黃芽。或名真鉛。或名玄牝⑱。種種稱號。莫可名窮。凡有形動。皆屬濁塵。安可比同。故雲房真人⑲曰。一身皆屬陰。何處是陽精。**陽精能知象。象象乃通明。吾嘗曰。窈窈冥冥生恍惚。恍恍惚惚結成團。「團」為真鉛。佛曰菩提。儒曰一貫。玄曰種子。**



「**道體**」的本性：無色（**夷**）、無聲（**希**）、幽深（**微**）、虛靈（**無狀、無象**），是謂「**恍惚**」。

（一）仙佛曰「**真靈**」。內煉之士，三品合一，元神出舍，則日身外見身。

（二）「**精氣神**」三品合一，是謂恍恍惚惚，似有若無，有所覺而無所覺，若存若亡。

（三）於人曰「**心性**」。

編者按：老君言「道之體」，乃精、氣、神（三品），「為無狀之狀」，「為無象之象」，「恍惚」窈冥。

本章旨：

論說「道」體，為恍為惚。惟人能修至道，煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛，三品合一，得其純陽，元神出舍，身外見身，自覺空無所有，亦恍亦惚，則無象之象立見，象象通明，回復原性之體。儒曰「一貫」、釋曰「菩提」、道曰「種子、陽精」。

⑱ 陽精、玄珠、黃芽、真鉛、玄牝：皆內修丹譬語。

⑲ 雲房真人：即鍾離祖師。

《道德經》十五章

【古之善為士者。微妙玄通。深不可識。夫惟不可識。故強為之容。豫若冬涉川。猶若畏四鄰。儼若客。渙若冰將釋。敦兮其若樸。曠兮其若谷。渾兮其若濁。孰能濁以靜之徐清。孰能安以久動之徐生。保此道者不欲盈。夫惟不盈。故能敝不新成。】

此章老子言古之道德高士，動靜體用，人不能識其行藏。分內、外講。

外講：

【古❶之善為士者。微妙玄通❷。深不可識。夫惟不可識。故強為之容❸。】

老子謂古之善士，智力貫通萬殊，無所不達。惟善士潛藏不露，不炫耀不誇張，非一般人能測識理解，固曰「深不可識」。夫為不可識、不可測、不可知、最難形容，乃特強為之形容其為善人耳。固云「強為之容」。

【豫❹若冬涉川。猶❺若畏四鄰。儼❻若客。渙❼若冰將釋。敦兮其若樸。曠兮其若谷。渾兮其若濁。】

善為士者，處世有七項正行：

（一）若冬涉川：處事接物小心謹慎。如若初冬渡河，恐陷入冰窟。

（二）若畏四鄰：獨處一室，心念舉動，絲毫不苟，不敢放肆，從容不迫，像四周圍邊有人監視。

（三）儼若客：持身嚴肅莊正，進退行止不失儀表，外恭內敬，正心誠意。

（四）渙若冰釋：善為士者，事來應事。物來理物，心境渙然無滯，光明磊落，不貪不迷。

（五）敦若樸：善士者、視聽言動，平實真誠，待人接物，不雕飾做作，不撥弄機智，敦厚之德，如木之未雕，樸而渾全。

❶ 古：上古民樸之士，「善為士者」，指品德高尚之人士。
❷ 微妙玄通：微妙指隱顯莫測，玄通是對事物的情理洞觀無礙。
❸ 容：容納。
❹ 豫：遲疑不決。
❺ 猶：尚且、仍然。
❻ 儼：莊重、整齊。
❼ 渙：流散。

（六）曠若谷：善士氣量寬闊，胸襟洪大，能容人容物，似空谷一樣，無所不容，無所不納。

（七）渾若濁：有道之士，心地虛明，性體圓明，和光同塵，無親疏之別。

【孰能濁以靜之徐❽清。孰能安以久動之徐生。】

善為士的人，應機用事，感而遂通，須具備「靜可以清」、「動可以生」，隨時體察，活潑而用，發揮全能，不因靜而死，不因動而馳，即〈孔門學說〉所指「致中和」（中庸之道）。故曰「靜徐清、動徐生」。

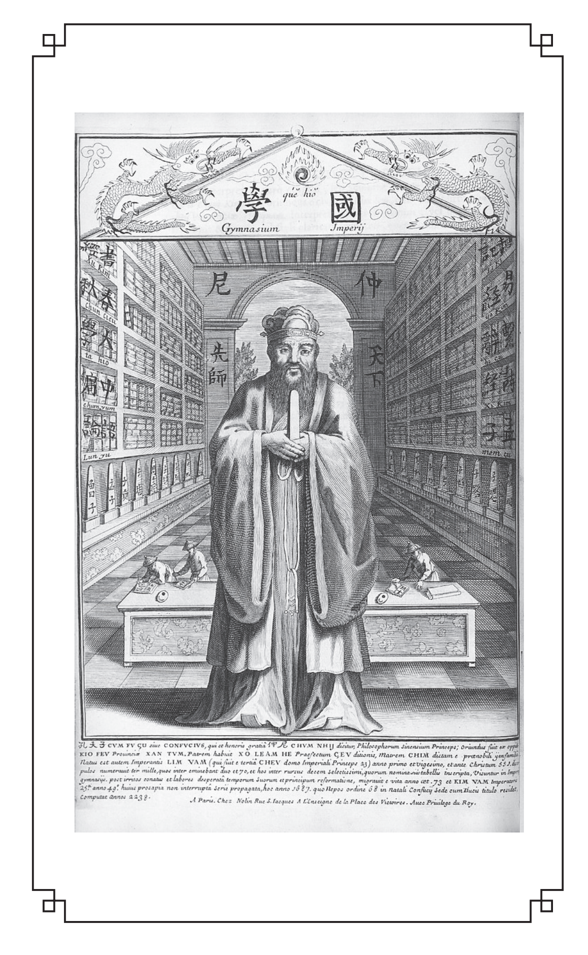
【保此道者不欲盈。夫惟不盈。故能敝❾不新成。】

上言「善為士者」之七項正行和二項特能，即「動靜咸宜」，實知易行難，行而持久更難。老君教人善保方法，唯一就是「不欲盈」，即不自滿，以虛心不足求進步。否則驕泰充盈，便產生趨奇好勝的野心和翻弄新花樣，那七項正行和二項特能，則無法堅持久行不懈了。故老君指「不欲盈」三字，實乃成道之關鍵。

用「不欲盈」守此七正二特能之「道」，概因此「道」本無古今新舊之別，永遠常不變，沒有新花樣突出，也沒有奇蹟出現。故學道者切忌好高騖遠，索隱行怪之事，也不要着住標奇立異的新花樣。老君以「故能敝」之「敝」字是不變古始之意。以古道御今有，即是「守敝」，故這「敝」即不失古道之謂。不依古道即是新，故這「新」即是脫離古道之謂。倘若如斯，則善為士者之七正行及二項特能，則或徐徐蕩然無存了。「敝不新成」是老君教導世人守持「古道」（指道德各事），使「七正行」及「二特能」得以繼存於世上。

❽ 徐：解緩慢。

❾ 敝：破舊。



〔孔子〕

1687 年巴黎發行的《孔子生活與成就》

品德高尚之士，智力貫通，深不可測，最難形容。賢士持七項正行，和二項特能。

內講：

修丹者，依老君而煉，當見以下修果：

微妙玄通：入定內，細細覺察，方得通達。外說（處世）達天下，內說（內煉）達全神之靈，暗裏珠明，形神俱妙，與道合真，故無可識，故不識。

強名為容：容者道之體，本來無容，強名為容。

若樸、若谷：守靜歸元，存靈守真，氣凝丹田，歸於空谷（黃庭、修真圖七號穴）。

以靜徐清、以久動之徐生：修丹者，內丹之氣上下運行，火候要均勻，文火（靜）武火（動）互調，「真氣」始能破越黃庭（中丹田）而周天流轉，即動靜咸宜。

敝不新成：守中無盈，不盈難溢，夫惟不盈，是以能「敝其形」（敝通蔽，遮蔽）、「敝其心」、「敝其意」，如斯心、身、意三者俱靜寂乃得全真。修丹者，須憑自身真氣，周天運行，循序漸進修煉至三品（精氣神）合一，絕無其他燒丹靈藥可助。如欲速其成，亂服外藥如五金八石，則終至氣邪入體，反成貽害。故老君云「敝不新成」乃示修丹者須依古法修行，循序漸進，不急不緩，絕不可貪求捷徑，妄自新成法！

本章旨：

老君教人守古道（指七正行及二項特異）以御（棄）新異，心不妄、意不亂，內外同工（指修身及煉丹）。

（一）

（二）

〔敝不新成〕

修煉須依法循序而行，即「**敝**」。 絕無速法成功，即「**不新成**」。

（一）品德高尚之士，「**微妙玄通**」形神俱妙，難以形容，惟稱其為「善士」，故曰「**強為之容**」。

（二）氣凝丹田「**若樸若谷**」。文火(靜)武火(動)均勻助結聖胎，故曰「**以靜除清、以久動之徐生**」。

《道德經》十六章

【致虛極。守靜篤。萬物並作。吾以觀其復。夫物芸芸。各復歸其根。歸根曰靜。靜曰復命。復命曰常。知常曰明。不知常。妄作凶。知常容。容乃公。公乃王。王乃天。天乃道。道乃久。沒身不殆。】

此章言守靜還虛之道，分內、外講。

外講：

【致❶虛極❷。守❸靜❹篤❺。萬物並作。吾以觀其復❻。】

「虛」者，乃造物之樞紐（關鍵）。「靜」者乃品彙之根柢（事物之基礎）。萬物從虛靈元始一炁所化，參本書刊導讀一〈創世紀、宇宙生成論〉。人能體天地虛靈無象之元炁，識陰陽升降之道，則能守「靜之篤」，以天地為一體，返本還原，進入玄妙之門。故曰「觀其復」（即復還先天之元性）。虛極是心中不滯一物。

【夫物芸芸❼。各復歸其根。歸根曰靜。靜曰復命。】

宇宙有生命的萬物，雖然複雜萬端，但終會「復」歸於滅，寂空的本初。如人生於天地，具備三品（精氣神，參修真圖一、二、三號穴）於身、常人滅後，三者先後離去：

精還乾宮。（乾宮：八卦宮名）

氣回巽宮。（巽宮：八卦宮名）

神返離宮。（離宮：八卦宮名）

永不復合，是謂三回初服。故曰「歸其根」。詳參本書刊導讀三〈論人神之別〉及導讀八〈太上道祖內修篇〉第十章〈精氣互煉〉。

外講而言，生命終結，人物萬靈各歸其根，各復其命，是謂「歸根復命」。

---

❶ 致：推致，達到。

❷ 虛極：虛：真空無象，外物本來不有。虛而至虛曰極。

❸ 守：專一不二。

❹ 靜：寂然不動。

❺ 篤：真誠、純一。

❻ 復：還、返回。

❼ 芸芸：眾多貌。

【復命曰常❽。知常曰明❾。】

萬物生命完結終歸於虛無靜態，此乃「真常恆久不變」之妙性，故曰「常」。人若能知此真常之道，便曰「明」，則與天地同根，故曰「知常曰明」。

以上五項次第、與《大學》❿五效果之意味相同，茲證之如下：

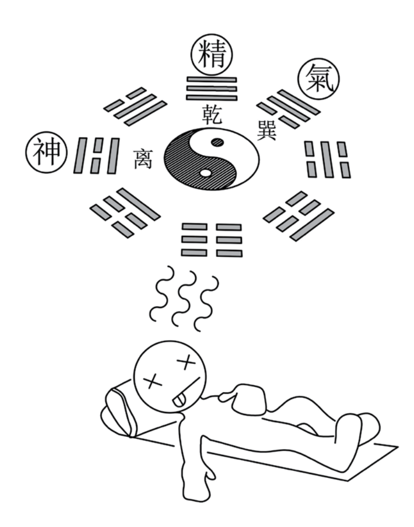
（一）知止：知其所當止之地，即人類歸根之地，老君云「歸根」。

（二）定：心志有定向，不妄動，不游移，即寂然不動。老君云「曰靜」。

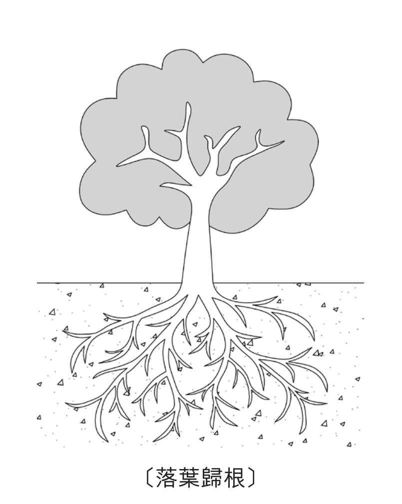
（三）靜：心能寂靜，即與固有相吻合。老君云「復命」。

（四）安：守心不移，其身自安，乃立身之常道。老君云「曰常」。

（五）慮：慮事精詳，知人所未知，即智之明。老君云「曰明」。



常人滅後，精還「乾」，氣回「巽」，神返「离」宮，永不復合，是謂「三回初服」。



〔落葉歸根〕

生命之始，由父母精氣所化，化而生、生而滅、滅而再生，謂之「循環之道」。人生數十寒暑，明此「真常」不變之道者，曰「常明」。有智之士，知此「常明」，則應借肉身修行求真，免卻六道輪迴。

【不知常。妄作凶。】

反之，若不悟此「真常」道，終日貪欲無厭，神馳於幻化，無休無歇。不當動而妄動，妄念生、邪惡起，最終災禍至來。故曰「不知常、妄作凶」。

【知常容⑪。容乃公⑫。公乃王⑬。王乃天⑭。天乃道。道乃久。沒身不殆⑮。】

以上乃逐徑之妙，一層深一層，一節玄一節，要人層層通透，節節光明。

知常容：人若知真常則不妄作，真常之道，與天地同根，萬物一體，內心自然包含天地萬物。

容乃公：人心苟能廣大如此，則民吾同胞，物吾與也。其心廓然大公，不有我之私見。

❽ 常：恆久、經常。

❾ 明：光明、明亮、聰明。

❿ 《大學》：禮記篇名，與《孟子》、《論語》、《中庸》合稱四書。自宋朝末年，成為舊時士人獲取功名的必讀書。

⓫ 容：容納。

⓬ 公：不偏不倚。

⓭ 王：指有道之士，天下歸仁，衷心悦服。

⓮ 天：王之德，合天之德。

⓯ 殆：粵音代，危險、盡也。

公乃王：此真常大道，人若行之於內，則為聖賢。施之於外，公正無私，眾邪莫當，則為王。

王乃天：王乃法天行事，德合神明，合乎天心。即《陰符經》：「觀天之道，執天之行」。

天乃道：天法道、合乎自然，道與天通，德與道合。

道乃久：與天地參，故能長久。

沒身不殆：得此道，則身雖死而道長存不殆。

上述「常」、「容」、「公」、「王」、「天」與《中庸》⑯「盡己之性」相同，茲列之如下：

（一）盡己之性：老君曰「常」。

（二）盡人之性：老君曰「容」。

（三）盡物之性：老君曰「公」。

（四）贊天地之化育：老君曰「王」。

（五）與天地參：老君曰「天」。

內講：

老君言「歸根復命」為斯章主旨，老君教修真者守靜到達致虛境界，回復先天。

參《呂祖全書》篇章內文作考：

卷十一〈築鉛品第六〉內文：

太上有曰：華池神水。下灌靈根。子若修之。命可長存。不可著有。不可循無。保精化氣。自結神鑪（盛火之器，冶煉。此喻內修之丹田爐火）。神火下濁。精華上浮。二氣相合。從有修無。如龍養珠。用之諄諄。角聽以靈。如雞抱卵。覆之温温。羽育以成。受胎之初（此即內丹初結，真氣培育）。**復命之根**。火煉水發。陰降陽升。心火屬陽。其液屬陰。腎水屬陰。其華屬陽。

編者按：此即水火升降，龍虎交媾，詳參本書刊導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉之〈交媾龍虎〉。

卷二十八〈涵三語錄續輯〉內文：

太上云：不物中物。不有中有。正謂此也。惟仙佛深達此理。直究本來。所以仙家之七返九還（即還丹）。亦秖是煉情歸性。「歸性」即太上所謂「**歸根復命**」。若人能降心。除去妄想。使情歸於性。則太極真元。全體造化。與天地合德。日月合明矣。

編者按：此段聖文乃教人修「性」，性命之功，詳參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第八章〈了性歸源〉及第十四章〈了明了性〉。

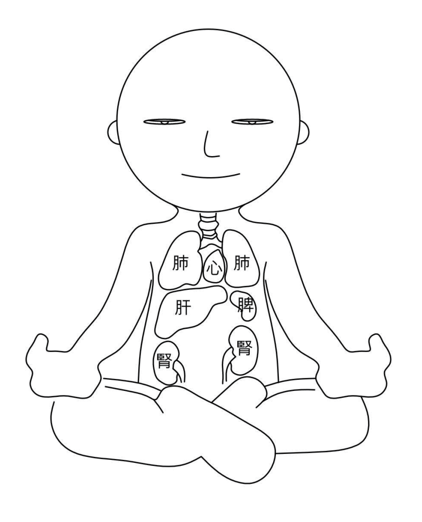
其餘仙真，對於「歸根復命」，亦多有詮釋。

⑯《中庸》：書名，相傳為孔子的孫子子思所作。

「歸根復命」：修煉名詞，「根」指童年而言，「歸根」即返老還童，「復命」為還復「本性」。陸西星（即陸潛虛，明時人（一五二〇至一六〇六年）、呂祖弟子，道教全真道東派始創人）註解歸根即復命，關即竅也，非有兩處。歸根日「靜」，靜日「復命」，即此一竅與任督二脈相為聯絡。

明陸西星〈玄膚論〉：

凝神之要，莫先於澄神，澄神之要，莫先於遣欲，遣其欲而心自靜，澄其心而神自清。穴多指下丹田，夫氣穴者，乃吾人胎元受氣之初，所禀父母精氣而成者，即吾人各具之太極也。其名不一，曰氣、海、關元、靈谷、下丹田、天根、命蒂、**歸根竅**、**復命關**、即一處也。



老君曰：「夫物芸芸。各復歸其根。歸根日靜。靜日復命」。是謂歸根復命。
內煉之士，修靜至虛境，還丹復命，返歸先天無為大道，謂之曰「歸根復命」，即尋回原根元性。

本章旨：

綜合各家言論，老君教人篤守修靜，持之以恆，則妄念可滅，更可卻災禍。修真者，修靜至虛境，回復先天虛靈之境，即「歸根復命」。

《道德經》十七章

【太上。下知有之。其次親之譽之。其次畏之。其次侮之。故信不足焉。有不信。猶兮其貴言。功成事遂。百姓皆謂我自然。】

此章預言世道日衰，老君想復太古之治，純外講。

外講：

【太上❶。下❷知有之。】

太上、指上古之世，或許指三皇五帝世，距今數千年或以前。上古人心淳樸，風俗渾厚無偽，聖君統治天下，本着真常之德，上順天理，下應民情，天下大治。其時、聖君及百姓存「道德」在身上而不知有「道」。天下百姓，但知有在上之君，而無是非譭譽之心，故「下知有之」。

【其次親❸之譽❹之。】

及至中古之世，百姓去道漸疏，淳風日益泯滅，人心隨物質，物欲之誘，遂而遷離。人類開始崇尚賢能，親近仁人，始分上下，貴賤賢愚。此時期，由一個不治而自治之社會，逐漸變成由治而治。賢人用五常八德來教化治世，才出現了「親」與「譽」的有功治世。

親者：親近德者。

譽者：獎譽有功。

以上為大道（經歷二次）治世變遷。

【其次畏❺之。其次侮❻之。】

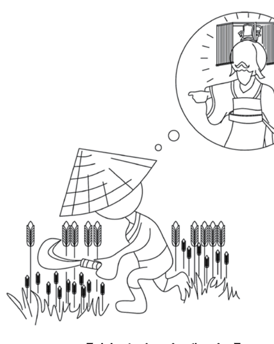
繼「親之」德治和「譽之」功治之後，人心其世再下，人心日乖，兇暴橫惡者有之，以金錢利益掛帥、罔顧道義者，比比皆是。「親」與「譽」之溫和制度漸失去作用。在上者不得已用「畏法」和「守法」的精神來治世。刑罰既立，未有不懼畏者。

❶ 太上：最上、或遠古時代。
❷ 下：指在下之百姓。
❸ 親：愛。
❹ 譽：稱人之美。美好的名聲。
❺ 畏：害怕、有戒心。
❻ 侮：輕慢、凌辱。

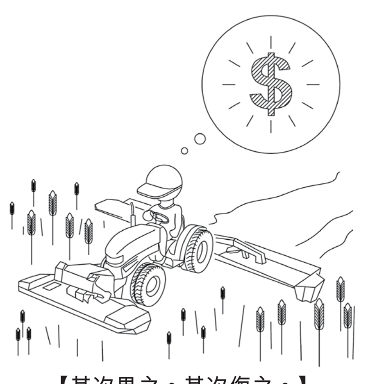
至此、治世大道，變遷以來，經歷三個階段。即老君云「畏」的時代。法治、能治身，不能治心。世道越亂，刑治越煩，欺凌愈甚，終出現善惡不明、是非不分的缺漏。百姓產生不服從之心，施政者法紀不清，侮慢（即輕侮傲慢）人民，百姓在嚴法之下反倒不畏法，自然出現反抗。這時期，法治制度出現崩危，上若侮下，下即犯上，上下互相侮凌，成為一個「暴」的天下，國有不亂者，實未有了。大道晦沒，社會變遷，至此進入了第四個階段、即「侮」。



【太上。下知有之。】
上古人心純樸，百姓存道德，社會無為而治。



【其次親之譽之】
中古人心離道，聖人用道德規範百姓。社會變成有為而治。



【其次畏之。其次侮之。】
下古人心歪邪，人民以金錢掛帥，罔顧道義，欺詐凌弱，統治者用刑罰來鎮攝人民。

【信❼不足焉。有不信。猶兮其貴言❽。功成事遂。百姓皆謂我自然。】

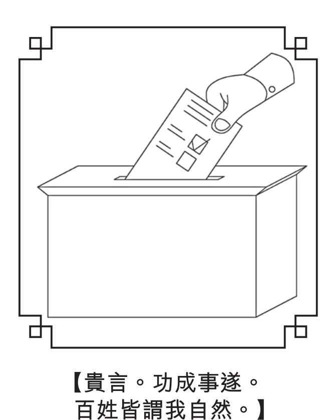
人類自有治的制度後，最善莫過於「德治」與「功治」，即「親」與「譽」。雖比不上「太上下知有之」之純樸自治，但上者尚能以信實治民，締造「大同」「小康」社會。繼功治而後之法治，即「畏」、「侮」，上者若不以「德」服民，純以嚴

法侮慢人民，則上下變作無誠信，下不服上，頓成「信不足、有不信」的出現。

老君治民上策為舉德選賢，提拔能幹之士，以誠信省政簡法來治理國家。以「貴言」（小說話），務實作事，使百姓安份守己，行為端正，心悅誠服。如斯管治，即「百姓皆謂我自然」。

本章旨：

老君智慧超卓，遠在二仟多年前之周朝末代社會，有鑑世道日非，厚樸之道日晦，預見未來道德衰落，必出現大道晦沒之社會變化。惟寄望後來有識卓見之士，重倡道德，引導百姓返樸，以「貴言」為最好的治國原則。



【貴言。功成事遂。百姓皆謂我自然。】

統治者以誠信、務實來作事，百姓心悅誠服。

❼ 信：誠實、信從。
❽ 貴言：小說話。

《道德經》十八章

【大道廢。有仁義。智慧出。有大偽。六親不和。有孝慈。國家昏亂。有忠臣。】

此章承上章，言世道日下，乃有仁義智慧、孝慈、忠臣之顯現，屬外講。

外講：

【大道廢。有仁義。】

上古淳樸之風漸退，無為而治的大道就廢止不行。聖人乃提倡行「仁義」，作為「名相」。蓋大道廢止，人的自性不明，人人不能自治，才推行仁義，使人爭向這「好名稱」上注目嚮往。

【智慧❶出。有大偽❷。】

大道剖判以後，上古末年（數千年或以前），人類智慧湧出，虛偽詭詐之事，就由是而生了。世人競賽奇術，互鬥計謀，「大偽」適時而生。

【六親❸不和。有孝慈。】

六親不和、是家道反常之時。「孝慈」是「好」名稱。在家道平和，六親和樂的時候，「孝慈」二字是顯不出的。

舉例：舜帝（古時五帝之一），以至孝成名。繼母多番害舜，舜不單沒生怨恨，反恭順父母如常。後舜受堯帝賞識，受禪為帝。（中國二十四孝史）。舜是歷史上之大孝者，然在稱道之同時，正反映了舜父親整個家道出現異常了。故老君云「不和、才顯慈孝」。

【國家昏亂。有忠臣。】

同樣道理，若朝綱不倒的昇平時。忠臣本來就顯不出來，因為政治清明的時候，奸佞會裝出忠臣的樣子。一旦忠臣顯現，就是國家昏亂之時了。

舉例：岳飛（公元一一〇三至一一四二年）、文天祥（公元一二三六至一二八三年），是歷史上的大忠臣，受後世人景仰。但由於他們的「精忠」，亦正反映出宋朝末年，朝綱之垂倒和宋室之末路了。故曰：「昏亂、有忠臣」。

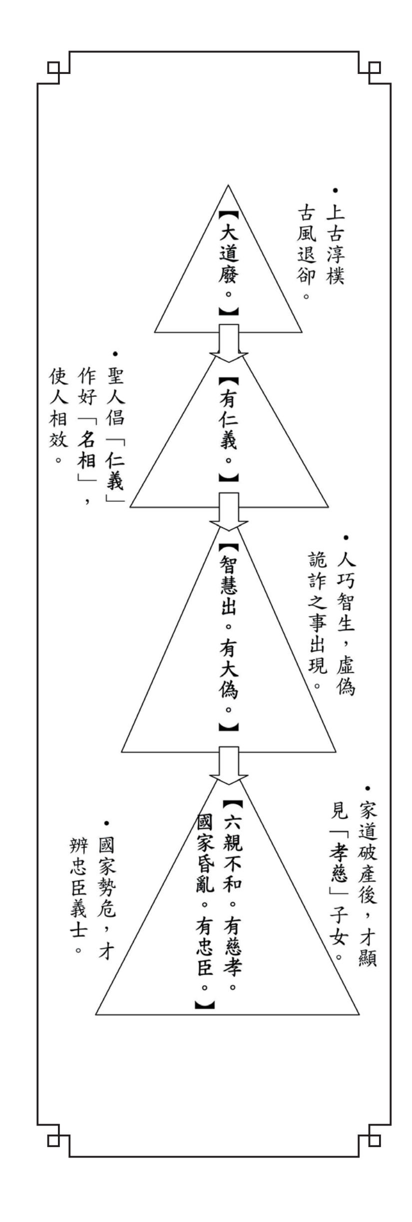
❶ 智慧：這並不是儒教之「良知」、或佛教的「般若智慧」。乃是一般人之機智心術，世俗中技巧計謀。

❷ 偽：假、欺詐。

❸ 六親：父子兄弟夫婦（人倫關係）。

本章旨：

老君說「道」向來是向最高一層下手的。世人若能遵循太樸之道，則不需建立仁義、孝慈、忠烈等「好的名稱」，亦無需事後提倡頌揚他，而社會也真的「無為而治」了。本章說大道剖判後之不良現象，極其意就是與其表揚單獨個人之「好」人物，實不如導使整體全而的歸復太樸。老君在本章之別意是說大道被剖判後，在社會上雖有「偽」者如：偽仁義、偽智慧、偽孝慈及偽忠良，但在天理之監視下，最後終會有成真敗偽之一天。故偽者絕不會長期存在，而真者也不會長期被埋沒。



老君概嘆上古「無為而治」之族群，已逐漸成為「有為而治」的「名相」社會了。

《道德經》十九章

【絕聖棄智。民利百倍。絕仁棄義。民復孝慈。絕巧棄利。盜賊無有。此三者。以為文不足。故令有所屬。見素抱樸。少私寡欲。】

此章承前章而言，教世人由虛偽反回太樸之方法。屬外講。

外講：

【絕聖❶棄智❷。民利百倍。】

聖人無智，其道不立，大盜無智，其惡不行。聖人是「實智」，大盜是謂「機智」。老子要絕棄者，即是指此「機智」之類而說，並非連正當的「實智」亦要絕

❶ 聖：指睿通淵微，天資敏捷的人。現今社會上的政治家、科學家、醫學家、經濟學人等偉人專家。

❷ 智：通明不易、知曉事理的人。

棄。老子主張以竊名盜譽之假善人和專以巧利為能事之人等絕棄。「返樸」之道「第一步」非先把這些不走正路的所謂「聖智」者絕棄，使民得安居樂業，熙熙融融，百利而無一害。即「絕聖棄智，民利百倍」。

【絕仁棄義。民復孝慈。】

這是返樸的「第二個」方法。老子指望建立和孔子之道相同的一個「仁」的天下。是由個人性分中自然建立起來，並不是徒靠偽裝手法促成的「假仁義和名相」。人類倘不再推崇巧言令色的假善而以文質俱實的德者作帶領，那麼人倫綱常之常道，子女對父母當孝，父母對子女當慈之「天德」自然出現，社會風氣也就淳樸無華了。固「絕仁棄義，民復慈孝」。「復」：是天德復生的意思。

【絕巧棄利。盜賊無有。】

此是返樸「第三個」方法。語云「機會有時會產生賊盜」。為利欲奔走之名利徒和野心家，心機手段佔「巧」，他們只注重私利，故稱「利」。巧利的人，在社會上佔絕大多數。老子之意，要人壓制妄心，非道不取，公有公用。如果世人把機巧詭異之心術和無孔不入的私利打消了，則人便能知足常樂，於是社會平靜，盜賊自然沒有了。

【此三者。以為文❸不足❹。故令❺有所屬❻。】

三者是指前言之三絕三棄。而三絕即絕聖、絕仁、絕巧；三棄即棄智、棄義、棄利。以上三者如能絕棄不用，則世道人心便能返回樸實之狀態。然若絕棄三者，必須

有所教人自發的絕棄，使人有所覺悟，則三者就等於虛華的浮文一般，終歸無甚用處。但真理雖屬真理，倘付諸實現則未免太過渺茫了，所以這還是不足以成其事的，故老君云「此三者以為文。不足」。

老君有鑑於世人難棄絕三者，就教世人一個歸屬心靈自制的方法。不用外力勉強起來絕棄，而用心靈之良知啟發，便起自覺自戒的作用。這方法就是「故令有所屬」。方法如下二句：

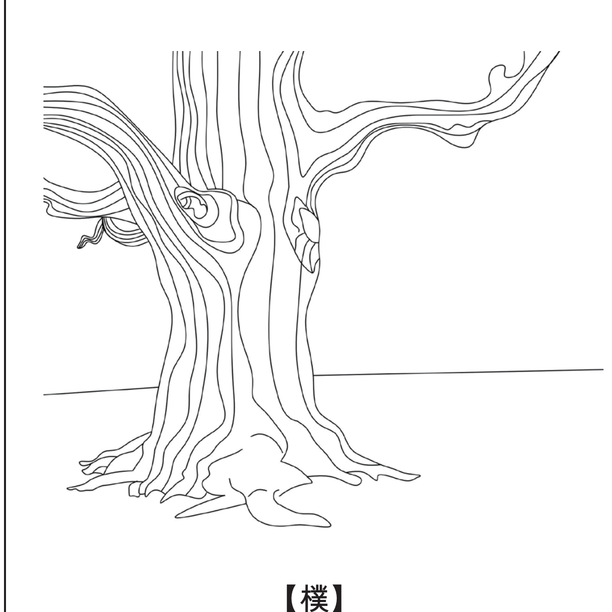
【見素❼抱樸❽。少私寡欲。】

這二句是全章的總要：

見素：即見性明心。

抱樸：即修持法，返樸還原。

❸ 文：即浮文、虛華，沒有實用。
❹ 不足：不足以成事。
❺ 令：使令。
❻ 所屬：歸屬、寄託。
❼ 素：潔白、根本。
❽ 樸：未成器之原木，喻人之原性。



【樸】

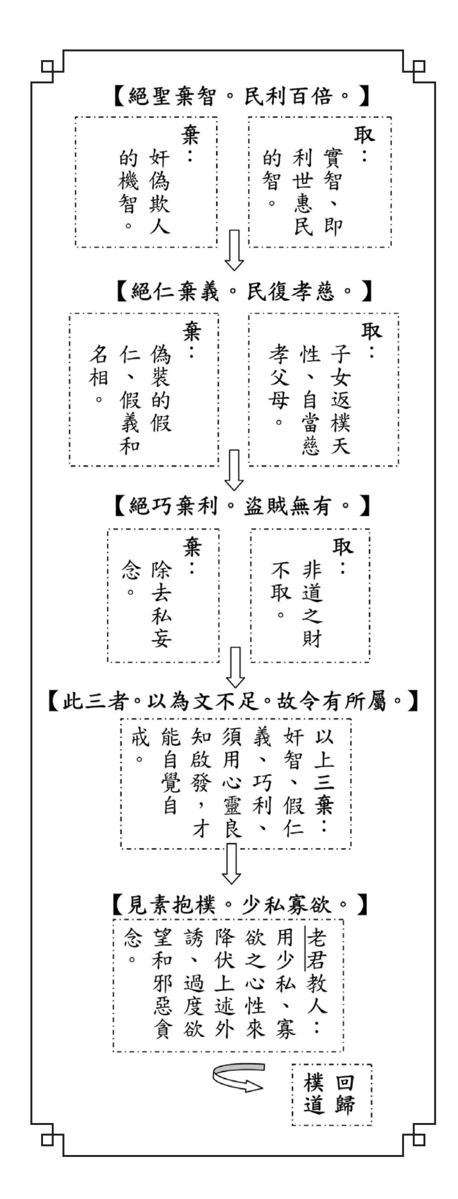
老君教人降伏其心，與儒曰之「率性」。佛謂之「應如是住」相同。「見素抱樸」即是心神有所歸「屬」之目標地也。

「少私」是教人滅去不正之「邪取」，獨存「正取」、「寡欲」是除去過度之欲望和邪惡之貪念。簡明一點是「心性歸屬」，不必用勉強方法去絕棄一切不正行為，內心自然返回「樸道」了。

關於「見素抱樸，少私寡欲」，參《呂祖全書》卷十七之〈葆守真元章第十四〉內文：

> 太上曰：「**見素抱樸。少私寡欲**」。**攝生之道**。**莫要於此**。至於多知。雖與外誘不同。然亦足紛其心思。耗其神氣。況貪求多知。則無守約之功。愈多愈離。與道違背。是以孔聖不貴多聞。而戒朋從之思。《維摩經》云：法不可見聞覺知。若行見聞覺知。非求法也。所以善攝生者。**內**境不漏於六根[9]。**外**境不淪於萬有。湛然清淨。凡一切憂懼煩惱妄想。不繫於心。內守真元，惟恐滲失。

此章老君教人返「樸道」之進階：



本章旨：

老君教人少私、除邪欲，反樸回歸太樸之社會。老君非一般人所論視之為避世忘天下者，亦絕不是獨善其身，無所事事者，實際純粹是一位積極救世的大聖人。只要世人能夠接受「樸道」，則世態即因一針而萬病痊癒，社會安定，人民樂熙。

❾ 六根：佛教用語，包括眼、耳、鼻、舌、身、意六個識根（感覺器官）。

《道德經》二十章

【絕學無憂。唯之與阿。相去幾何。善之與惡。相去若何。人之所畏。不可不畏。荒兮。其未央哉。眾人熙熙。如享太牢。如登春臺。我獨泊兮。其未兆。如嬰兒之未孩。乘乘兮。若無所歸。眾人皆有餘。而我獨若遺。我愚人之心也哉。純純兮。俗人昭昭。我獨若昏。俗人察察。我獨悶悶。澹兮其若海。寂兮。若無所止。眾人皆有以。我獨頑似鄙。我獨異於人。而貴食於母。】

此章承上篇第十九章，人能「見素抱樸」，他們的行為趨向，一定與世俗不同。屬外講。

外講：

【絕學無憂】

「絕學」兩字，非謂絕而全不學。若是無益之學，反不如絕之，或至流入異端邪辟之門，迷失正道。本以學求益，反增其害，此皆學之大憂也。老君這「學」字，不是孔子「學而時習之」之學字，因孔子勉人之學，乃從德善，希聖希賢之學。而老子所絕之學，乃聰明外動，用權講心術之學。

參《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章〉第三十內文：

予昔讀《**道德**》，深以**不獲透徹**經旨為憂。雖有河上公❶以下諸註釋。然皆各執一見。鮮有能發其蘊（含義）者。爾諸弟子。勿效世儒。妄肆詆誹（毀謗）。為無忌憚之人（無所顧忌）。至經中（指《**道德經**》）尚有**不盡剖析**（辨別、分析）**之語**。**各以義會**（會意）。**無拘於語言文字**。若徒執文字。**不**達太上立言本旨。則無怪「**絕學無憂**」之語。**人多錯會**。釋門（佛家）認為無學。儒流詆為屏棄詩書。幾等人道於馬牛也！」

編者按：依呂祖師文義「絕學無憂」，指學士不曉解讀《道德經》文真義，拘執於文字，非但曲解錯會，甚至生誹謗。如斯探讀奧妙文章，不若不學。即老子云：「有學則有憂，絕學則無憂矣！」

注意

小心學習

【絕學無憂】

不學無益端邪、弄權心術之學。

❶ 河上公：西漢時人，距今約二千二百多年前，莫知其姓氏。結草為庵於河之濱。漢文帝喜讀《道德經》，有所不解者，派使求教於公。

【唯❷之與阿❸。相去幾何。善之與惡。相去若何。】

唯與阿、兩者的回應聲音，同出於口，相去不遠。

老君用「唯」與「阿」兩種不同的回應聲音，比喻「善與惡」之道。關於善惡之道，參本書刊導讀八〈呂祖外修編〉第六章〈論善惡與因果〉。內文云：

人有善惡，如太極圖，黑白分清。然黑者（惡）有一白，白者（善）有一黑。概表惡中存善（此人之良知或性蒂）。善中存惡，此人之「意識，萬物之芽。」

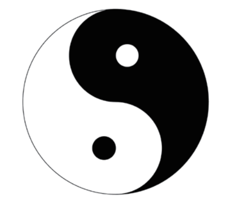
按呂祖師文意，善與惡，兩者相去不遠，全在乎人心之轉化而矣。因良知與人之意識，有眾等惡轉為善，或善變惡。故善與惡、可比唯與阿應聲，兩者相去不遠，端視乎人的良知與意識，所爭僅一念間耳！

【人之所畏。不可不畏。】

雖曰善與惡，在於人心。惟是老君教人切不可作惡，多行善舉。惡不能不畏，所謂「善惡到頭終有報，只爭來早與來遲」。

【荒❹兮。其未央❺哉。】

人若捨善取惡，則私欲橫生，剛強暴惡，無所不為。久



【善之與惡。相去若何。】

善與惡之念，相去不遠　（唯之與阿）。端乎人之良知意識。惡不能不畏。故曰「人之所畏。不可不畏」。

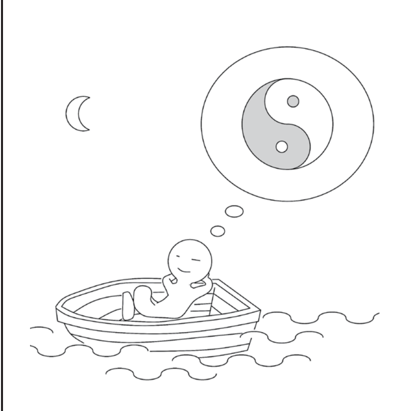
人捨善取惡，日久心身流蕩。如田荒棄，無生產，喻良知永埋。故曰「荒兮。其未央哉」。

之則日荒日遠，流蕩身心，終無止歸自省，良知（善）永埋，終招禍患。

【眾人熙熙❻。如享太牢❼。如登春臺❽。我獨泊❾兮。其未兆❿。如嬰兒⓫之未孩。乘乘⓬兮。若無所歸。】

此承上文之世人「荒兮未央哉」。俗世人皆貪世味，樂世情，不知畏止。嬉戲貪食，登高臺，極目四望，自覺得意。唯我（修行者）求

❷ 唯：柔和的應聲。
❸ 阿：怠慢的回應。
❹ 荒：指世人不修心德，如田之荒棄。
❺ 央：指無所歸止之義。
❻ 熙熙：嬉戲和悅。
❼ 太牢：古時盛牛、羊、豕三牲的食器。喻豐富美食。
❽ 春臺：指登眺遊玩的勝處。
❾ 泊：靜默無為，恬淡。
❿ 兆：見於形狀，開始。指念頭未起。
⓫ 嬰兒：赤子。
⓬ 乘乘：如今天駕車漫遊自如之境。



世人：吃喝玩樂，縱欲無窮，神馳外張。

賢人／奉道之士：外遊求真道。

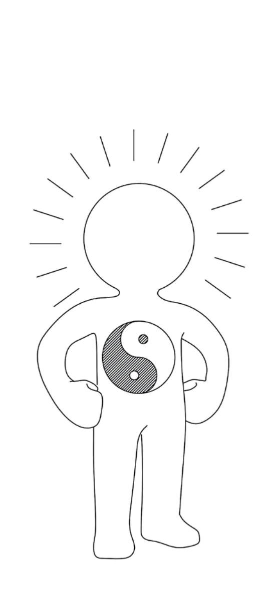
道心境恬淡無為，猶如初生的嬰兒和混純的孩子一樣，無識無知，無憂無慮，不着於跡，不泥於形，虛懷若谷，若不繫之舟，無所歸住，便是「乘乘兮」。

【眾人皆有餘⑬。而我獨若遺⑭。我愚人之心也哉。純純兮。俗人昭昭⑮。我獨若昏。俗人察察⑯。我獨悶悶。澹兮其若海。寂兮。若無所止。眾人皆有以。我獨頑似鄙⑰。】

眾人之心，常懷不足，貪得無厭。而我卻獨忘形自守，像愚人的心地一樣，篤厚真誠，純粹樸素。

俗人各炫耀聰明，各逞機智，而我卻好像昏昧不明。常人對大小事物能明察窺探，絲毫不饒人，好比長短。而我常若昏昏悶悶，似不懂什麼事情，我心如此，澹然虛明，若海之空闊，不可涯量，若乘長風之御太虛。眾人皆自持聰明知見，我獨無知無欲，似愚而且陋鄙，亦似庸常之人而已。

世人：不知足。炫耀聰明。得勢不饒人。計較長短。



賢人／奉道之士：外像昏昧不明，似庸常陋鄙。然內心卻澹然虛明，不可涯量。

【我獨異於人。而貴食於母⑱。】

我和常人不同，常人背「道」逐物，貪玩世味，如棄母求食，失去了本來的元性，日漸迷失，終不能反樸。我只遵循和抱持大道，我貴養的是本根，本來的性心，故獨求食（嗜好）於母（天地之母、道德的源根）。

本章旨：

老君教人求「玄學」不必拘執文字解讀，須活潑意會，不強作誹謗文意。善與惡由心生，正與邪，從念起，一念之動，為善為惡，一切皆由人之心念也。即本章文句「善之與惡相去若何」，我們須時刻「畏惡」。勿善小而不為，勿惡小而為之。應事不執，從善去惡，處世自能謙卑，回復真樸之「母」道。



世人棄母（道與德），惟修真者貴養性根，返本源尋回「母」即「道」的根。

⑬ 有餘：貪得無厭，固曰有餘。

⑭ 若遺：猶言忘失也。

⑮ 昭昭：智巧現於外。

⑯ 察察：絲毫不饒人，咄咄迫人之意。

⑰ 鄙：庸常之人。

⑱ 貴食母：食是嗜好。貴是注重。「母」是道與德，萬物之母。

《道德經》二十一章

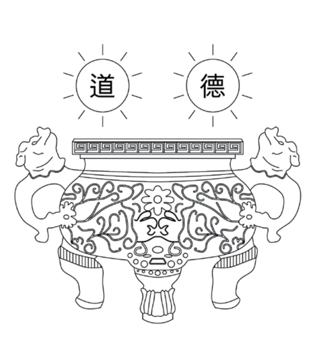
【孔德之容。惟道是從。道之為物。惟恍惟惚。惚兮恍。其中有象。恍兮惚。其中有物。窈兮冥。其中有精。其精甚真。其中有信。自古及今。其名不去。以閱眾甫。吾何以知眾甫之然哉。以此。】

此章老子把「大道」之內機，重申一遍，參修大道者，須向這「道」的本體上用功夫。分外、內講。

外講：

【孔❶德❷之容❸。惟道是從❹。】

「德」之條目，不能以數目計，舉凡世間一切善美之行事，都是德之表露，故云甚多。即「孔德」。如孝悌忠信、禮義廉恥，都是萬德之善美事。希聖希



〔厚德載物〕

五常、八德均是萬德之善美事（孔德）。

賢者，惟有依從「道」來實修，才能有辦法實現。概因「道」（或稱「元始道炁」、「陰陽二氣」）生育萬物，以「道」為「體」，「德」為「用」。故老君云「孔德之容、惟道是從」。

【道之為物。惟恍惟惚❺。惚兮恍。其中有象❻。恍兮惚。其中有物。窈兮冥❼。其中有精。其精❽甚真。】

此段純內講。即內修丹語。

參《呂祖全書》卷十二〈開基採藥品第二〉內文：

《南華經》云：至道之**精**。**窈窈冥冥**。《道德經》云：**窈兮冥兮**。**其中有精**。夫精甚正。**真精乃真種**。真種乃洞洞。真種雖洞洞。採藥施其功。夫

---

❶ 孔：大也。

❷ 孔德：大德、倫理道德。

❸ 容：包括、容納。

❹ 從：依從。

❺ 恍惚：幽深、精妙。

❻ 象：凡形於外者皆曰象。如氣象、星象。在天成象，在地成形。此指無象之象，是謂恍惚。

❼ 窈冥：深遠、奧妙、難明。

❽ 精：此指「真種子」，或曰陽精、元精。儒家曰「真一或一貫」。佛曰「菩提」。

真種者何也。或名**陽精**。或名玄珠。或名**黃芽**。或名**真鉛**。或名**玄牝**。種種稱號。莫可名窮。**凡有形動**。**皆屬濁塵**。安可比同。故雲房真人（即漢鍾離祖師）曰：**一身皆屬陰**。**何處是陽精**。**陽精能知象**。**象象乃通明**。吾嘗曰：**窈窈冥冥生恍惚**。**恍恍惚惚結成團**。**團為真鉛**。佛曰「**菩提**」。儒曰「**一貫**」。玄曰「**種子**」。

依據呂祖師上文，「道」之為物，無聲、無色、無味、無形、無觸。倘人能修丹成道，回復本真，乃曰「真精」或「真靈」。達此階段，即三品合一，煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛，元神出舍，身外見身之時。

此真靈不可以名、不可以象來形容。乃是恍恍惚惚結成團。
故曰「恍兮惚，其中有物」。

（一）明心見性，三品（精氣神）合一，「真靈」或曰「真精」見於身外。

【其中有信❾。自古及今。其名不去。以閱❿眾甫⓫。】

大道之體用，分外、內而言：

外者：孔德之道，體用於倫常道德。

內者：修煉內丹，明心見性之道。

內外雙修、為奉道者之不二法門。自古及今，年代雖有迭變，但這「道」的常名是永遠不會離去的。沒有人能改變它，此大道誠信不欺，即「其中有信」。這個「道」能長久而不沒，故云「其名不去」。這「道」成就所有修士必經軌路，除此別無他道可尋，可察閱，檢閱一切道德充實之聖賢所作之善美事，故云「以閱眾甫」。

【吾何以知眾甫之然哉。以此。】

「以此」之此字，是指道之體在說。聖人「內」有大道之實，「外」有盛德之容，眾美皆具，惟皆自道中而發也。故曰「吾何以知眾甫之然哉、以此」。

本章旨：

老君重申「道」與「德」，分內外、能兼容奉行，聖道必得。

道之體用，分外、內二門：
外修：倫常道德，行善立德。
內修：明心見性。

歷代聖賢仙佛所作善美事，世人察閱頌讚，故曰「以閱眾甫」。

❾ 信：誠信、不欺。
❿ 閱：計算、考核、檢閱。
⓫ 甫：美也。

《道德經》二十二章

【曲則全。枉則直。窪則盈。敝則新。少則得。多則惑。是以聖人抱一為天下式。不自見故明。不自是故彰。不自伐故有功。不自矜故長。夫惟不爭。故天下莫能與之爭。古之所謂曲則全者。豈虛言哉。誠全而歸之。】

此章教人屈己從人，述說不爭之德。純外講。

外講：

【曲❶則全。枉❷則直❸。窪❹則盈。敝❺則新。少則得。多則惑❻。】

老君舉出六個事例來提醒人，教人不要執迷不悟。

（一）曲則全：人能曲居其晦，經得起委曲，不自見其明者，雖一時屈身隨俗，最後終能全始全終。

（二）枉則直：凡事受些屈枉，肯屈己從人，吃點虧的人，雖一時遭到橫逆，最後

必能大白，有理直的一天。

（三）窪則盈：低處下位，心虛泰然，不自高自大的人，日後終能圓滿充實。

（四）敝則新：善保「古道」的人，不炫露巧異，不賣弄新奇花樣的人，像一件破舊的東西。雖一時不同潮流，不為時人所喜歡，但這敝舊的東西（指道與德）却是萬德之生源，永遠不殆不衰。這個道體雖是陳舊，可是卻在庸常不易之中而有無窮功用。它不逆人性，不違天理，是永遠常新的。

（五）少則得：哲士對一切聲色之欲和玄覽之學（無益費神之事）等，愈能減少愈能保全本真，專心於一，故於道有得。

（六）多則惑：世人多知多見，於道轉失，盡力貪多不厭的人，則愈煩惱。

❶ 曲：彎曲，與直相對。委曲。

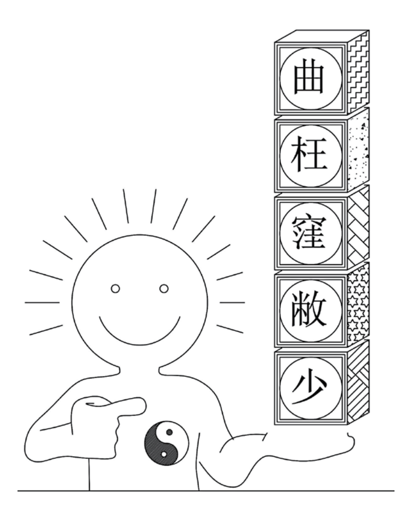
❷ 枉：屈就。

❸ 直：伸、平反。

❹ 窪：凹下。眾水所聚，眾德交歸。

❺ 敝：壞、破舊。

❻ 惑：疑惑、煩惱。



- 曲（屈己）
- 枉（吃虧）
- 窪（處下）
- 敝（謹守道德） 不求異端
- 少（少思寡欲）
- 多（貪則煩惱多）

【是以聖人抱一❼為天下式❽。】

聖人確實握住了上述五項事能，來處世接物，成功貫徹了此「一」，為後世天下人效法的法則，這就是「為天下式」。

關於「抱一」兩個字，奉道者，宜「忠一抱道」，矢志修行，始可有得。

呂祖師曾云：

學道學釋（佛），悉由乎人，但發願在彼，即於彼苦中行，發願在此，即於此中力修。

又

〈玄門總監察仙〉呂日如天尊曾訓示云：

倘學道者，今日一參此門，他朝另習他法，豈知二法並用，效果難收。古之仙聖，雖有參玄尋妙而求參師，參其玄，研其理耳，非棄本師而皈別師也，學道者，應明其理。

按二聖訓文，可知「忠一」、「抱一」之重要。

【不自見故明。不自是故彰。不自伐故有功。不自矜故長。】

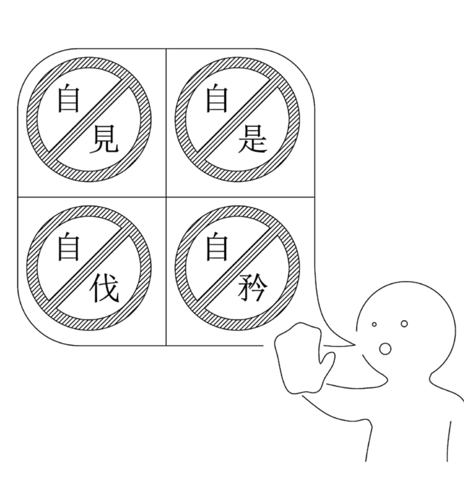
以上四不，為上士之真知寶見處。

（一）不自見故明：不輕露己見，不自我表現，反而能顯明。

（二）不自是故彰：人若謙虛從事，不以自是淩人，不以強勝人之態度來小視一切，將來定會發揚光大，這是盛德顯於外的道理。

（三）不自伐故有功：人作出於世有功與利的事時，自己不誇張，不存貪妄心。那所得來的功德，將永遠屬於自己，不會泯滅。

（四）不自矜固長：人有成就，不要自顯己能，不自矜持自己之所長，這樣你的處身自會長久不敗。



【夫惟不爭。故天下莫能與之爭。】

以上四者：「自見、自是、自伐、自矜」，是眾爭之源。歸根到底，總說一句，事事處處不要和人爭無味的勝氣。也別顯露自己的長處，不好大、不驕矜，常能謙恭鄙陋的默默行道，不與人爭長短是非與利害。那麼別人自然也不來與你相爭，人格品

❼ 一：此「一」字，指聖人抱住了「曲、枉、窪、敝、少」五個字之謙卑。

❽ 式：法式、行事樣式。

行不但高潔，自己建立的德業功勛，亦將永為世人所懷念。

【古之所謂曲則全者。豈虛言哉。誠全而歸之。】

由此看來，上文「曲則全」等六句話，其中實在有個真理在，若能委曲求存，而又能「抱一」的人，自會洞悉其中的淵理，絕不是教人趨向消極的空話。道之行，不用自見，但能於尋常日用中行出來者自真。

關於是篇之闡述，參《呂祖全書》內文作詮：

卷九〈五行端孝品第二〉內文：

自矜不長。**惟曲可全**。守道以訥（寡言）。任兑（放縱、通說）必愆（罪過）。致中抱一。履和而謙。以卑而積。以柔而堅。

按上文：呂祖師教人不自驕，委曲於人。學道少言不放縱，處世取柔謙之道。

卷十七〈慎事師友章第十二〉內文：

太上曰：**自見者不明**。**自是者不彰**。人惟自見自是。所以得少為足。不能虛以受人。不知人匪生知（即**不**是天生便知曉）。蓋由師傳。三教雖殊。尊師則一。即吾門修煉。若不親受真師口訣。縱熟習丹書。焉能得知切實下手工夫。雖極力施功。決無成就。

按上文：呂祖師訓示修真者，切記「**滿招損、謙受益**」。勿自見自是，須虛心求師道，否則難有成就。

本章旨：

此章最要緊之關鍵處，端在「抱一為天下式」之一句話上。「一」為道體之變名。「天下式」在己是行為的一個好法則，給人作好樣式。古聖人之成功處就是貫徹完全此「抱一」之道，是萬德成聖之基。

《道德經》二十三章

【希言自然。飄風不終朝。驟雨不終日。孰為此者天地。天地尚不能久。而況於人乎。故從事於道者。道者同於道。德者同於德。失者同於失。同於道者。道亦樂得之。同於德者。德亦樂得之。同於失者。失亦樂得之。信不足。有不信。】

此章教人以「君子和而不同」來處世，避免過偏激反常。分外、內講。

外講：

【希言❶自然。】

陰陽造化之道的妙用，不牽強，不造作，在寂靜恬淡之中，自然而生，因時順理。所謂「不言而善應，不召而自來」。多言數窮，不如守中。若勉強好辯，去道漸遠。

【飄風不終朝。驟雨不終日。孰為此者天地。天地尚不能久。而況於人乎。】

天地反其常道，施發不正常的大風、颱風、暴雨、急雨，尚且不能持久。何況我們不如天地之人類，若不去履行正常之人生道理而趨向反常偏激的一方面時，這不用說更是不長久的了。故言「而況於人乎？」

【故從事於道者。道者同於道。德者同於德。失者同於失。】

遇到有道有德的人時，我們就以同於道及同於德的喜欣心情來互相研討相處。若遇到無道無德的人時，我們就應當沉默若愚，本着「道非知之者不傳」的道理，表面上只好裝作同於失的樣子忍耐就是了。因為若「知其不可為而為之」，這就不自然，反生激辯或爭執。

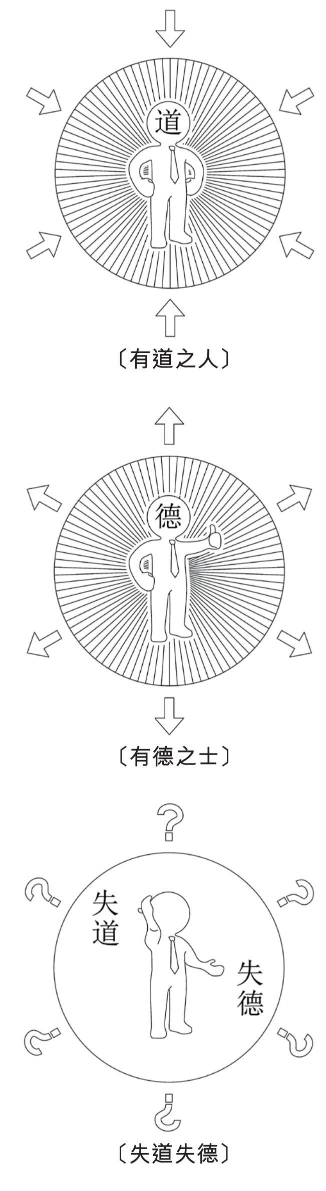
【同於道者。道亦樂得之。同於德者。德亦樂得之。同於失者。失亦樂得之。】

世人善惡方向不同，有道、有德、失道、失德，種種眾生相。若遇到有道、有德和失道德之三種人時，就不能以一己之成見發生好惡之情緒。也不能強使那些不道德的人非行道德不可。所以還是順其自然和他們相處，以「循循善誘」來引導他們。若能這樣

❶ 希言：寡言。希：少也。

使「道」、「德」、「失」三種人完全有機會來和你接近，那就不愁大道無日宏展了。

有道有德的人固然可與之同樂同得，那些失道失德的人，為什麼也要與之「同」呢？這個問題完全繫在一個「同」字上。失道失德的人，才是要教化的對象。若不與這些失者同處時，就不能收得化世的效果。若以飄風驟雨似的勉強方法和激進反常之手段來行事，迫使他們就範，那麼他們就不會「樂得」，反而會產生負面的效果。



君子和而不同，持道者，用循循善誘來誘導教化「失道」「失德」的人。不可用反常偏激如「飄風驟雨」的方法來相處，或迫使他們就範。

【信不足。有不信。】

自己假若自信心不足，那麼遇見失道失德的人，別說還要化度他，使他有所樂得，就是自己恐怕反要被他誘化而去，連自己都保守不住了。故從事道的人，唯一就是充實自己信心，所謂「正人先正己，立人先立己」就是這個意思。

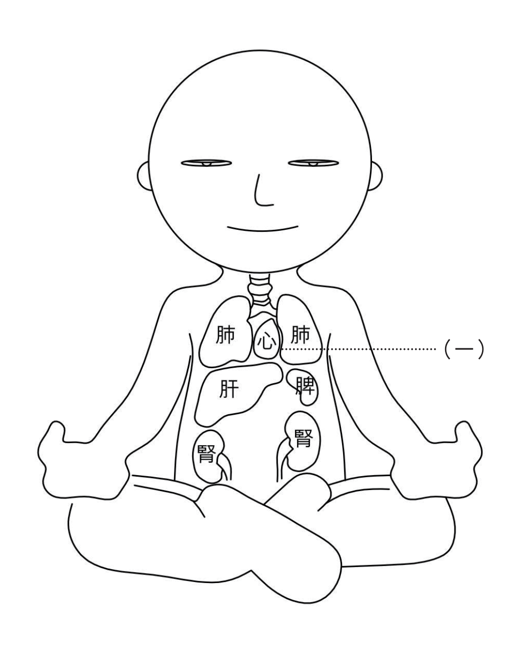
內講：

飄風驟雨，可比大雷狂風。

參《醫道還元》卷四〈天地心詳解〉內文：

呂真人曰「**何謂大雷不終朝**」？ 大雷者、震烈之雷。雷何以大？陰氣凝蔽，故其發也，震驚百里。蓋雷所以動物，萬物當陰氣凝蔽之時，生機不能大暢，故大雷所以震動之，使陰氣不能固結。人只知大雷之威烈，而不知實為生物而然也。**威不可過**，**故不終朝**。若太過震動，則生物而**反**傷物矣，此即恩威交濟之義也。天地一陰一陽之運用，而生物陰氣凝固，是陰之過差，若無大雷以破之，何以使之適中耶？於此便可悟天地之心。人苟法天地以修持，自當參透大雷動物之奧妙，以為內景之機緘。蓋人身亦自具眾物，即如**魂魄氣精**、**及意念等**，皆是物也。當陰邪凝蔽，騷擾攪亂之餘，亦有靡靡不能自振氣象，不加之以威，則群邪不能退，故必**仿**大雷之震烈，斯陰邪自然退聽而不受其障迷。**蓋人**「**心**」**中之**「**神**」**即**「**雷**」**也**。大震其「**神**」以驅逐，則陰邪去而魂魄安其位，精氣不搖蕩，意念不雜亂，是身中之物各暢其生機也。陰邪既退，自當保養中和，不可矯揉造作，當歸於着而不着底景象。若存心著意，矯強過震，則內景（人體器官、內臟）之眾物反傷，不啻竟日是大雷之傷物矣。天地不外一中和，人之內景亦一中和而矣。

何謂「**狂風難竟日**」？風亦陽物也。然風之狂突然而發，亦倏❷然而止，斷無竟日狂風之理。若竟日是狂風，則物**反**受其摧折。**不過氣遇郁結不舒，得此狂風以舒散矣**。**此天地自然之道**，**是以狂風不竟日也**。人稟天地之全德，內有疾風之妙用，當其未發，則伏藏於深幽處，**一馭之以心中神**，遂勃然而發。此風當內邪固結莫解時，一發而振撼之，邪之結者遂消散，邪散而中和內含矣。**修心之妙用，莫先於此**。



〔修心妙法〕

倘「**氣**」遇郁結不舒，一馭之以「**心中神**」驅疾風以舒散內邪，逆風回轉一掃，蘯滌邪匿固結。

（一）「**心**」即「雷神」，用以震驅內體陰邪，使「**魂**」「**魄**」安位，「**精**」「**氣**」不搖　，意念不迷。

本章旨：

老君以「希言」教人處無為之事，行不言之教。不以飄風驟雨法式來強迫失道失德的人同樂。飄風驟雨與大雷狂風之道理相同，修丹道者，以雷為心中之神，震驅內體陰邪，以逆風之奧，回轉一掃，蕩滌邪慝固結。

❷ 倏：（粵音：叔，即迅速）

《道德經》二十四章

【跂者不立。跨者不行。自見者不明。自是者不彰。自伐者無功。自矜者不長。其於道也。曰餘食贅行。物或惡之。故有道者不處。】

純外講。

此章承前章第二十二章言依順自然之道的好處。本章則表述反自然招來的壞處。

外講：

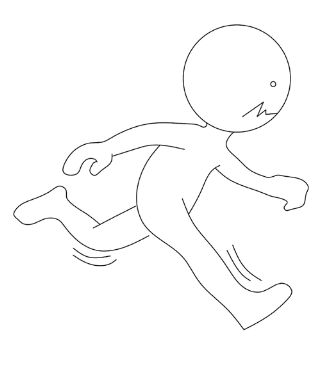
【跂❶者不立。跨❷者不行。】

跂者不立：腳踵離地用腳尖站立，想站得更高，但終不能長久，很快跌倒，故曰「不立」。

跨者不行：邁大步而行路，要強先出人一步，走得更快，如此行不多久，必要因疲乏而中輟，故曰「不行」。



【跂者不立】



【跨者不行】

以上兩者，是違反自然之站立及正常步行法，皆立而不久，行之不遠。

【自見者不明。自是者不彰。自伐者無功。自矜者不長。】

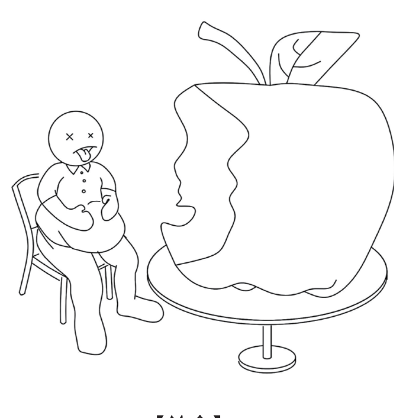
此四種行為，即「自見、自是、自伐、自矜」恰與第二十二章之「四不」成相反。人若違反常道在不自然中強行這四種行為，也就等於跂立、跨行、站不穩、行不遠，終不能保持長久的。

❶ 跂：（粵音歧）踮起腳尖。通企。
❷ 跨：越過，超越。

【其於道也。曰餘食贅❸行。物或惡之。故有道者不處。】

飢食渴飲是常理，但食過量則變貪食，不但無益，反倒害身。故多吃過量，即餘食，是反自然及不正常的。出門時攜帶多餘行裝，不但無用，反而負載過多而成累贅。

凡屬多餘無用的「餘食及贅行」，今天來説是破壞環境及浪費的事，其在物類上尚且不喜歡它，那麼一個有道的人，他在處世方法和人生行為上，當然也就不會作那些多餘無用之事了。



【餘食】



【贅行】

本章旨：

老君在二十二章所言「四不」乃是依順自然之道所得來的好處。本章所說的四惡行即：自見、自是、自伐、自矜，乃是不順自然所招來的壞處，此二章前後相對可合讀也。而文中「餘食贅行」，在今天來說，是破壞大自然的自私行為。

❸ 贅：（粵音序）多餘。

《道德經》二十五章

【有物混成。先天地生。寂兮寥兮。獨立而不改。周行而不殆。可以為天下母。吾不知其名。字之曰道。強為之名曰大。大曰逝。逝曰遠。遠曰反。故道大。天大。地大。王亦大。域中有四大。而王處一焉。人法地。地法天。天法道。道法自然。】

此章重申言「道」之始源，分先天後天，及外、內講。

外講：

【有物❶混成。先天地生。】

老君重複申言天地萬物未生以前，所存在者乃無極混元一炁，或稱混元靈炁、混元道炁。宇宙萬物由此元炁化生。元炁（無極）生太極，太極生兩儀（陰陽）而分天地，陰陽二氣經歷三次互索而生成六氣（六氣者：震「雷」、坎「水」、艮「山」、

巽「風」、离「火」、兑「澤」，合天「乾」、地「坤」，演生成八卦。），六氣化生五行（金、木、水、火、土），五行生萬物。關於宇宙萬物生成過程，詳參本書刊導讀一〈創世紀、宇宙生成論〉。

炁

【先天地生】
元始一炁

【寂兮寥兮。獨立而不改。周行而不殆❷。】

萬物由元始道炁化生，陰陽二氣升降有序，日月往來無間，周而復始，四季循環，生生不息。關於天地升降，日月往來，詳參本書刊導讀六〈論天地升降、日月往來〉。

混元一炁，於洪濛未判、天地未分、日月未光之時，處寂寥之境，默默化育宇宙萬物，故曰「寂兮寥兮」。元炁生陰陽二氣，二氣升降有度，春夏秋冬循環不息，日月往還無間而分晝夜，故曰「獨立而不改，周行而不殆」。

【可以為天下母。】

母：元始一炁。（母→化生→子）

子：天地、陰陽二氣，日、月、星辰、六氣、五行、聖靈、人類及萬物。

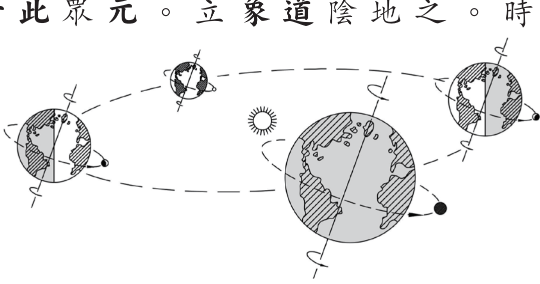
❶ 物：此非有形象之物。乃大道之根源，亦即先天混元一炁。

❷ 殆：懈怠。

元炁化生萬物後，功成而不居，尊為「天下之母」。

關於混元一炁之闡釋，參《呂祖全書》卷十六〈始炁玄要章第二〉內文作進一步詮：

蓋修道之士。不明根本。徒尋枝葉。雖極精進。如木無根。亦復何益。夫此根本。**原於混元一炁**。天地未分。日月未光。混沌太無。無象無名。無聲無臭。天得之而為天。四時行。寒暑運。日以之升。月以之恒。雲霞雨露。風雷電雹。皆一炁循環。晝夜無停。地得之而為地。山以之峙❸。水以之流。載嶽不重。容海不洩。非斯**一炁**。孰主之乎。人得天地之炁以生。是以秉天之炁而為陽。秉地之炁而為陰。陽健陰順。二炁迭運。如環無端。**儒謂天命之性**。**釋參本來面目**。**道究父母未生以前**。皆指此炁。而理寓乎其中矣。太上曰。**象帝之先**。又曰。**有物混成**。**先天地生**。從古佛仙聖賢。修身立命。修此而已。著經垂世。明此而已。近世蒸民。不知反本。不務躬行。向外索取。讀盡聖經。繙窮秘典。而於**自己一點元陽真氣**。**任其汩❹沒**。**至死不明**。良可深悼。吾今為汝時會眾等。顯示修真之要。**務在明此先天一炁**。**是謂伭真之體**。**蓋此炁也**。**無極而太極**。**生天生地**。**生人生物**。**在人一身**。**藏於黃庭❺之內**。**通乎百脈之間**。第一進修之功。務宜從茲下手。



〔周行獨立不改〕

今按呂祖所言，簡述上文內容大意：

（一）元始一炁稱名為道之根，存於天地日月未判之前。

（二）元始一炁由無極而太極，分陰陽二氣，陰陽二氣生三才：

天：為陽，成象。星辰，日、月升降有度，周而復始。陰陽二氣互爕（調和）、往復循環而形成雲霞雨露，風雷電雹。

地：為陰，成形。負載山、河、水流、海洋、土泥及動植各物等。

人：父陽，母陰。父母二氣交媾孕育成形體而生於天地。人身外屬陽（象天），內屬陰（象地）。人未生以前、曰先天，既生後、曰後天：

先天：曰混元，為無形、為性、與道合一。

後天：既生於天地後，曰胎元、為有形、為命、與道分離。

元始一炁朴散後，三教尊稱始炁名稱雖不同，惟原理實一。

儒曰天命之性，「含五常八德之性」。教人從實，恐人無所依據。

釋參本來面目，即「色空」，了生死之道。

道究父母未生之前，即「無為」，教人重返虛靈之根。

❸ 峙：即聳立。

❹ 汩：即埋沒。

❺ 黃庭：即中丹田，修真圖七號穴。

人生於天地後，「元始之炁」匿在人身小天地中，藏於黃庭之內（參修真圖七號穴位），此「炁」通乎百脈之間。修真者，第一修之功，務宜從茲下手，從靜坐入門，養煉真氣。

元始一炁

〈為天下母〉

☰乾為天 ☲離為火 ☳震為雷 ☱兌為澤

☷坤為地 ☵坎為水 ☴巽為風 ☶艮為山

日為陽，月為陰　晝為陽，夜為陰

獸　魚　鳥

花　葉

〈子〉

（一）

先天元陽真氣，藏於黃庭之內。

（一）黃庭：煉丹在此、結丹在此、還丹在此、養神在此。

【吾不知其名。字之曰道。強為之名曰大。大曰逝。逝曰遠。遠曰反。】

「道」為天地群生共由之路，公共之端，浩浩淵淵，莫可形容，故強名曰：

大：道無所不包，無所不在，高而無上，羅而無外，無邊表、無有盡處。

逝：道的運行，永不停息。觀天地日月往來運行不息，周而復始，四季序、分晝夜。

遠：無窮、深奧、遠不可聞見，無所至極。

反：同返。復歸。修真者，可返歸回到先天「性」的原處（即明心見性）。

元始一炁朴散後，生育天地，化生聖靈，包括仙佛聖賢，日、月、星辰並萬物。萬物既具有後天形相，「道」之釋義不能以言語來形容，老君不得已乃強名創造萬物之根源者曰「道」。參《道德經》〈第一章〉。

【故道大。天大。地大。王亦大。域中有四大。而王處一焉。】

道化育天地人三才。三才皆由「道」中孕育，故宇宙內含靈至高至大者有四：道、天、地、王（王為人靈代表）。

問：為何王亦大？

答：參看呂祖《三尼醫世說述》龍門正宗閔一得序文（時維清道光戊子，公曆一八二八年）：

良醫攻疾，必去其疾，而後元氣可通。子不聞老子之言乎？「**道大、天大、地大、王亦大**」。**王亦大者，薄海內外，百萬億生靈之所歸，有旋乾轉**

坤之權也。道與權合，則兵刑禮樂，革舊俗而新之，權足以去其疾而奠安之也。有道而無權，豈能於凶人敗類而亦安之懷之也哉！世之為**病有二：曰人運之病**，**曰天運之病**。**人運之病**，**戾氣所鍾**，**所謂「自作之孽不可活」**，**惟有權者能醫之**。**天運之病**，**協氣可追**，所謂「**天作孽猶可為也**」，**惟有道者能醫之**。

編者按：按序文，聖人以「**疾病**」作喻「**世道之病**」，世道衰落，道德淪亡，誰能治醫？唯有權之聖王、君主，今日之統治者能治之，因統治者擁有權力，可醫治百姓之通病，替天行正道，故曰「**王亦大**」。

再參《洞古經》入聖章內文：

純純全全。合乎大方。溟溟涬涬。合乎無倫。天地之大。我之所維。萬物之眾。我之所持。曷有窮盡。以語其弊哉。

李涵虛祖師註：**有物混成**。**先天地生**。大無方體。高無等倫。天地萬物。皆我維持。雖有善言者。亦不能尋究其弊。以其無盡也。世間有盡者。即有弊端可語。道無窮終。安有弊之可語哉。

編者按：《洞古經》詮釋「道」之為物：曰大、曰逝、曰遠、曰反。觀《洞古經》入聖章，簡述「道」之為物，括述無遺矣！

元始
道炁

天

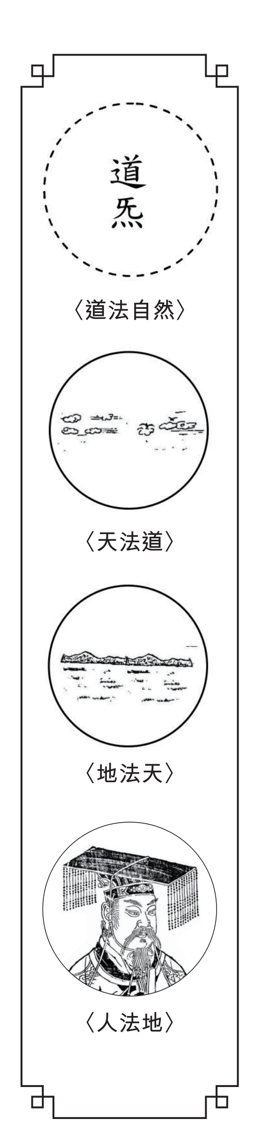
地

〈域中四大〉道 天 地 王

皇帝或統治者，為百姓所歸依，可替天行「正」道，醫治萬民通病，有旋乾轉坤之權，故曰「王亦大」。

【人法❻地。地法天。天法道。道法自然。】

此言上述四大皆法式於自然。概因元始一炁以自然之道分陰陽，化生萬物，由此而往下推：「道法自然」而生天、生地、生人、生萬物。在造化的過程中，絕無半點矯揉造作，故曰法自然。



〈道法自然〉

〈天法道〉

〈地法天〉

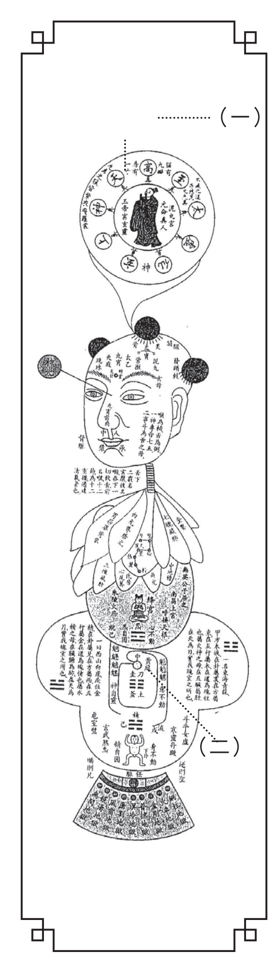
〈人法地〉

倘道法不自然，緣何能生天地萬物？

❻ 法：法式、效法、遵守。

內講：

【天法道、道法自然】



（一）三品（精氣神）合一，元神出舍，身外見身，謂曰「**真靈**」、「**真身**」。真身之形，即氣結而成。
（二）**中宮**（**黃庭**）之地，結成一點元陽真氣，行於內景（自身小天地），舉上下四隅。

關於天法道、道法自然，參看《醫道還元》卷九〈真體圓成詳解〉內文作進一步詮：

呂真人曰：何謂**身即道而道即身**？蓋人當**性命合一後**，真元凝固，百脈歸根，中宮虛靈之地（黃庭穴），結成**一點元陽**，以運行於內景，舉上下四隅，無非此「**真靈**」所管照，此身之內，直如天地一大造化，無有而無不有，必還到靜虛無極本體，則**謂之**「**道**」可，**謂之**「**真身**」亦無不可，故曰：**身即道而道即身**。《太上經》云：「**天法道、道法自然**」。修持之士，造到此境，亦依然一法道之天地也。何謂**氣是形而形是氣**？**蓋指人之真形而言**，**凡夫之體**，**不過一幻質耳**。修持性命者，到得功力充滿，內景純是天地靈陽之**真氣鼓蕩**，當其鼓蕩周行則為**氣**，當其**凝**而聚之，則謂**真形**，久之而出入可以無碍，自成得妙行光景，從可知**真身之形**，**即氣結而成**，非有他

也。如此故曰：「**氣是形而形是氣**」。**形氣無所分，分者在聚散耳**。所以丹書云：「**聚則為形，散則為氣**」，非妄言也，**真形可久，幻質不能長存**❼，人亦何憚而不求其至真耶？

呂祖師上文，按修丹次序以言道法：

第一階段：先言「身即道、道即身」。

人能修靜入虛，真氣自中丹田生（黃庭穴，參修真圖七號穴），真氣貫越人身上中下三田（修真圖六、七、八號穴位），結成一點元陽，達此階段，謂之真身，但依然一法道之身即天法道，道法自然或曰身即道，道即身。

第二階段：氣是形而形是氣。

修功煉至真氣凝結成真身之形，元神出舍，身外見身之時，達此火候則曰「氣是形而形是氣」，亦即修功已臻至煉精化氣，煉氣化神，煉神還虛，三清合一階段。至此，丹黍完成，雖肉身仍在塵世，已作陸地神仙矣！

本章旨：

老君重申言「道」化育天地萬物，世人欲重返先天無極元始一炁之「元性本體」，須內外雙修，煉至三清合一，則超凡入聖域，與仙佛同體，一真永得矣。

❼ 幻質不能長存：幻質，指人的身軀、肉身。

《道德經》二十六章

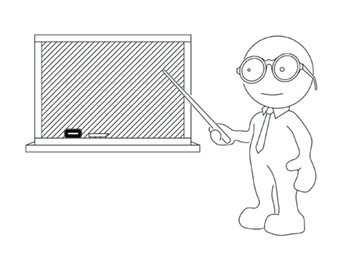
【重為輕根。靜為躁君。是以君子終日行。不離輜重。雖有榮觀。燕處超然。奈何萬乘之主。而以身輕天下。輕則失臣。躁則失君。】

此章教人立身處世不要為榮華富貴，財色物欲而亂心。屬外講。

外講：

【重❶為輕❷根。靜❸為躁❹君。】

重為輕根：人性生來本是善良的，這顆道德的重性，若不為私念物欲所蔽，那麼當由這重的道德性心來支配色身行為，便是正常合理的了。故曰這棵道心（重）是色身（輕）之根。根即本來之意。



【重為輕根】

人之初，性本善，原性是「道德」之心性（重、為根）來支配色身的行為。

靜為躁君：人的靈本好靜，而心好浮動不安靜，心猿意馬，終日思慮妄想故曰躁。若靜（靈）能制伏好動的心，則自性自然圓明，性光當現，故靜（靈）是心（躁）之君（主宰），而心（躁）則為臣。

【是以君子終日行。不離輜❺重。】

「輜重」是軍旅之生命，老君取喻教人立身處世不論行到那裏，作何事情亦不可忘了自身之輜重，這輜重並不是什麼有形的東西，乃是人類本體之「道德」，是抽象無形的，但這無形的東西卻能左右人生的一切。君子時刻不離這輜重（道德），就像軍隊行軍，離不開

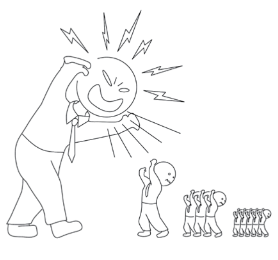
❶ 重：重要、即「道」與「德」性。

❷ 輕：輕浮，此指色身、行藏。

❸ 靜：人之靈、主靜。

❹ 躁：人之心性，主浮、好動、心中之火，刻刻在燃燒。

❺ 輜：粵音資。古時軍旅出行，必有裝備軍需品之車輛隨在其後，負載軍餉、器械、被服等重物，這軍車叫作輜車，因其用處相當繁重，故名輜重。



【靜為躁君】

人心終日浮躁不定，妄念叢生，即（躁）。須從定靜入手，以制伏躁心。

〔輜〕

君子：「行道載德」。「道也者、不可須臾離」。

輜重一樣，等於戰無不克，達到人生行為最高善境，聖人終日行不離輜重，即：儒之「道也者不可須臾離也」。釋之「行動坐臥，念念不離」。

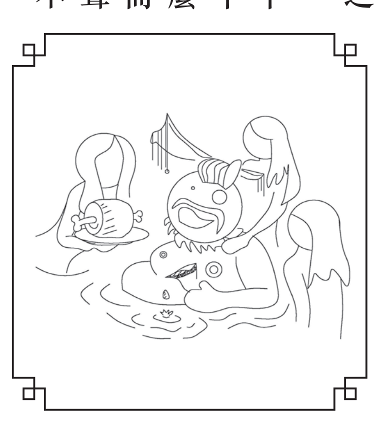
【雖有榮觀。燕處超然。】

有道的君子，時刻都不離開輜重的「道德」，雖有榮華美觀的事情排列在目前，君子以平淡之心自處，不會沉溺及為其迷惑的。

【奈何萬乘之主。而以身輕天下。】

萬乘之主：指擁有萬輛兵車的君主。即今日一國之領袖。

一個明道知理的君主，不失其根，不失其君，天下事沒有不大治的道理。但反觀老子之時代正在周朝末年之失政時期，國君昏庸無道，老君便喟然嘆道：為什麼一個身為國君的重要人物，不去繼承先王之基業，反而為了一己之私欲，把「道德輜重」丟棄，沉迷於荒淫聲色貨利之間，害生傷性、以物欲色欲為重而身為輕（不愛惜自身），故曰「身輕天下」。



失道失德的君王，是失根失君的昏君。故老君概嘆「奈何萬乘之主，而以身輕天下」！

【輕則失臣。躁則失君。】

慾重情濁即是失根失君的人，心平氣和即是守根守君的人。心躁動，邪氣橫生，現代之世風多尚涼薄，人心大多乖舛，縱情肆欲不能降伏，人人只知有我，專好損人利己之事，這也因為失根失君所致。

本章旨：

不能以道心用事的人，是因為私欲心太重，自性不明的人，脾氣一定浮躁不定，固三教聖人立言是教人去除此二障而已。

《道德經》二十七章

【善行無轍迹。善言無瑕謫。善計不用籌策。善閉無關鍵而不可開。善結無繩約而不可解。是以聖人常善救人。故無棄人。常善救物。故無棄物。是謂襲明。故善人者。不善人之師。不善人者。善人之資。不貴其師。不愛其資。雖智大迷。是謂要妙。】

此章承上章，老子希望世人根據上篇第二十六章的「根」與「君」來實行「五善」。純外講。

外講：

【善行無轍迹❶。善言無瑕謫❷。善計不用籌策❸。善閉無關鍵❹而不可開。善結無繩約❺而不可解。】

以下是明道之人之五項善行：



三教聖人、賢人教人行五善。救人不棄，有教無類。

（一）**善行無轍迹**：君子行事接物，向來都是無為而行，出自真誠，不表露痕迹的，只知默默實踐，從不大事張揚，事過即捨，不恃己功，不留痕迹的。

（二）**善言無瑕讁**：君子說話不輕出，知必行，言必信，不巧言令色，一言一語皆可為天下人之法則，其言語是沒有缺點的。

（三）**善計不用籌策**：明道的人智慧圓明豁通，動念皆為利益大眾而用，發揮上不用利害得失之籌策。返觀世人用事總把自己之利害經過再三之籌劃才決定行動，只求一己之欲望而不顧別人，甚至損人利己來籌謀自己的私益。

（四）**善閉無關鍵而不可開**：明道的人之心境，不論處於任何環境，一切奸貪外誘絕不動其心，一切妄念亦無隙可乘。雖不用一切守心之勉強功夫亦不為外誘所搖動也。

❶ 轍迹：車輛的行迹。痕迹。
❷ 瑕讁：（讁：粵音宅）玉上的斑痕，比喻缺點。
❸ 籌策：古代計算用具。解謀劃。計算得失利害。
❹ 關鍵：鎖門的工具。猶言機關。
❺ 繩約：繫屬之意。

孟子之四十不動心，和如來佛之六塵（眼耳鼻舌身意）不入等，這都是善閉不開的意思。「善閉」的功夫是實踐道德之第一要諦也，假若心之門不能自閉，妄念物欲便要叢生，心神息然不安，不知所止了。

故三教聖人教人善閉之方法：

儒之養心課目

佛之禪定功夫

道之靜坐養氣

（五）善結無繩約而不可解：明道的人以天下為一家，不是獨善其身，清高自賞的，不分界限畛域與隔陔，但望人人明道，天下大同。其思想與世人一體不分，雖無繩繫約屬為之結合，但其內在的通化思想，任何人也是離不開的。聖人之德澤普及萬物，這種博愛思想如能擴大起來，那麼國族之紛爭可以完全打消，紛亂的社會變成相親之社會。

【是以聖人常善救人。故無棄人。常善救物。故無棄物。是謂襲明❻。】

聖人具備上言之五善，故不分彼此來救濟化度世人，有教無類，故無棄人，仁愛萬物，由小及大，由近至遠。聖人施五善，冀望人人相繼，先聖之襲明，後聖亦必襲明，大道方能宏展，傳遞不息。是謂「襲明」。

【故善人❼者。不善人❽之師。不善人者。善人之資❾。】

明道實踐五善的人，理所當然是尚未實踐五善（即不善）的人的老師和模範。那

些不明道體的不善人，須依托善人真誠的善與人同，有教無類的大無畏精神來感動他們醒覺而見賢思齊，即看到有德行，有才能的人，就向他學習，希望能在其中和他看齊。

【不貴其師。不愛其資。雖智大迷。】

若世人不尊重善人為老師，不珍惜他的借鑑為依托，自以為聰明，其實是大糊塗。

【是謂要妙。】

人能通曉以上道理，是謂知微妙之要道也。

本章旨：

聖人善入塵勞，用五善之道來濟世救物，希望「大道」能一代一代的承傳下去。

---

❻ 襲明：繼承大道宏通，傳承下一代。

❼ 善人：此指能夠實踐前言五善的人們，是先知先覺的賢人。

❽ 不善人：此指一般尚未明白道體的人，是後知後覺的人。

❾ 資：憑藉、依託。

《道德經》二十八章

【知其雄。守其雌。為天下谿。為天下谿。常德不離。復歸於嬰兒。知其白。守其黑。為天下式。為天下式。常德不忒。復歸於無極。知其榮。守其辱。為天下谷。為天下谷。常德乃足。復歸於樸。樸散則為器。聖人用之則為官長。故大制不割。】

此章老子教人謙弱退守，知得失榮辱，保守常德。分外、內講。

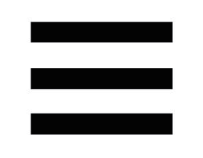
外講：

本章老君用「三知」「三守」來教人復現「常德」。

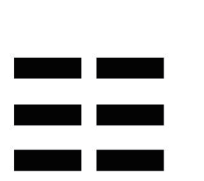
【知其雄❶。守❷其雌❸。為天下谿❹。為天下谿。常德❺不離。復歸於嬰兒。】

老君教人既取得事物的正面同時，亦須回守反面。

聖人之雄心是救世救人，凡人之雄心是為名為利。雄心和高遠的抱負是向好的，但須謙恭謹慎即守雌（退藏）。否則這顆雄心很容易變成狂妄的心。如能守雌，雖有喜怒哀樂之四情，但不失其和，其志氣乃是浩然之正氣，並非躁動逞強鬥勝之邪氣。作事合情合理，這樣才可以感化民心，若百川匯集於深谿，萬民自然歸順了。再因這是常德不離的表現，其自身未發動躁氣，以中和態度來處事，那就像與嬰兒純潔之原態復合了。是謂「**知雄守雌**」，「**復歸嬰兒**」。



〔乾（雄）剛〕



〔坤（雌）柔〕

取得勝利，雄心抱負實現時，仍須謙恭謹慎守其心，否則雄心易變成狂妄的心，終招敗失，是謂「**知雄守雌**」。

❶ 雄：此解通武、有力、雄壯、為剛陽、事物之特出者、傑出之人、強大。
❷ 守：防守、守衛。
❸ 雌：柔弱、為靜（陰）、退藏。
❹ 谿：深的穴口、空虛。
❺ 德：道德、品德。

【知其白❻。守其黑❼。為天下式。為天下式。常德不忒❽。復歸於無極。】

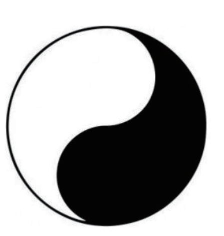
知其白，守其黑：世人拼命謀求順境、即白。由是引起了縱情肆欲和不知足的病態，若失了約束自己的方法，不以知足守住晦暗即黑，而一味的妄貪下去，則難免招來無盡煩惱和因侈欲而造成罪惡。故老君教人順境時守黑，不使亂性，不被外誘沖昏了「常德」，甘心自居於知足的晦暗（黑）的地方。不與世人爭浮華，不受名利之擾亂，更不受財色之誘惑，這便是「知白守黑」的意思。

為天下式：明道而順境的人，若能這樣不與世俗同流，自己處於豁達知足的境界，這便可成為天下人之楷模法式。

常德不忒，復歸於無極：那麼他的「常德」自然就不會有什麼差失即曰「常德不忒」。這樣就「復歸於無極」之最初原態了。這無極是與道相合的意思。

【知其榮❾。守其辱❿。為天下谷⓫。】

世人都願名利雙收，受人歌頌仰望，並不願屈居人下而惹人看不起。由於人人都存在這種心理，所以便習成了



順景時須回想昔日的晦暗，不可縱情肆欲不知足，這樣才不受名利、財色之誘，乃可功業長久。是謂【知白守黑】。

谷

名利雙收時，不可生驕氣。功成名遂、身退。晚年宜簡樸自居，韜光養誨便是。是謂【知榮守辱】。【谷】者、容納天下難容之事。

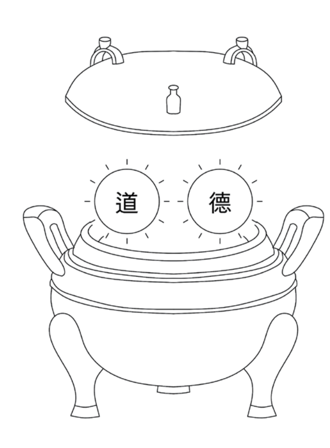
虛偽詭詐和驕泰風氣，人類之常德便漸漸失去了。明道修真的人當然知道光榮是舒心得意的，可是唯恐因驕氣傷害了「常德」，所以便以草陋自居，知足常樂。更能吃虧讓人，甘受一般人的辱笑，是曰「知榮守辱」。

【為天下谷。常德乃足。復歸於樸⑫。】

因他的虛懷大量，才成一個若山谷般的容人容物「為天下谷」。而其「常德」乃可以常足，返回真樸之原象，復現其本來面目。

【樸散則為器。聖人用之則為官長⑬。故大制⑭不割⑮。】

⑥ 白：光明順景。
⑦ 黑：晦暗。
⑧ 忒：粵音剔。差錯。
⑨ 榮：榮耀、名利、吐氣揚名等事。
⑩ 辱：受辱。被人看不起，甘居低賤。
⑪ 谷：容納。
⑫ 樸：渾然未判之道體和人之先天原性。
⑬ 官長：此指眾人所敬愛的人皆可稱之為官長。
⑭ 制：成法、制則。
⑮ 割：用刀截斷、分給。



道德包含倫常八德，修身齊家、治國諸事，是由「元始道炁」朴散以後而立之「名相」。惟聖人、領導者不能任意擇善「名相」而用，否則不能稱為聖人、賢士。故曰【大制不割】。

「樸」是老君教人修身齊家治國平天下的最好元素。道朴散成天理、地理、性理、物理為用以後，雖然名相繁雜似乎是分別而立，但其根處仍是相連相息貫通。故曰「樸散為器」。故聖人或官長在治世上必兼理物，不能只顧一面而忽略其他。因為「道」朴散後是無善不包，無美不備的，故世間上一切善美事態都有互生互用之作用，固「聖人用之則為官長」。如身不修的人便不能齊其家，家不齊的人便不能治其國，國不治的人便不能使天下平。對父母不孝的人，對其兄弟就不會悌，對上不忠的人，對朋友就不會守信。

故「道」（道與德）是渾圓一體，不能宰割的，一切善美之事本體上是根源於「道」。聖人、君子、賢人和官長必須能調和眾善，容納眾德，假若一有偏執矛盾而不能互即互融時，則所謂聖人也就有了折扣，這就是因為其已宰割了大道之原故。因此，大道（道德各事）是絕不能分割而隨人任意擇善而用。倘選擇去實踐者，不能稱謂曰聖人、賢人或官長了。故曰：「大制不割」。

內講：

關於「知雄守雌。知白守黑」內修註釋，參《黃庭內景經》第三十二章內文：

知雄守雌。知黑見白。

歷六合隱卯酉。兩腎之神主延壽。轉罡迴斗藏初九。**知雄守雌可無老**。

知黑見白氣自守。

李涵虛真人註：

六合者二六相合十二時也。自子至巳為六陽。行督脈⑯之後。自午至亥為六陰。行任脈⑰之前。故曰經歷六合。卯酉者出入之門。隱則隱於門中也。此處名歸根竅。復命關。金木交并處。兩腎者內外二腎也。其神玄冥。能存玄冥萬事畢。其神桃康。男女廻老有桃康。故主延壽。延壽之方。莫外乎火升水降。火升則踏罡步斗。水降則轉罡廻斗。藏。潛也。初九潛龍。藏心於淵也。藏初九。則知雄守雌。精神堅固也。故曰可無老。藏初九。則知黑見白。鉛汞相拘也。故曰氣自守。

參《周易參同契》第七章內文：

知白守黑，神明自來。

任法融大師註：

（一）白，金也。是指坎水中藏的真金。

（二）黑，水也，是指離水中藏的真水。

老子曰：「知其白，守其黑，為天下式……」。他是說有明白四達的智慧，當以愚暗自守，以此作為處世行於天下的法式。本章引此意來發揮人身金水兩者的體用關係。

白為**真金**，黑為**真水**，知白金由黑水中生出，所以知白者必守黑，這種道理

⑯督脈：參修真圖十一號穴位。

⑰任脈：參修真圖十號穴位。

猶如使白光顯於黑暗中一樣。故守一子曰：「猶知日之白光，當守月之黑體；如欲知其銀之白，當守其鉛之黑也」。如久守其鉛之黑體，而銀之白光自現。鉛中藏銀，銀出鉛中，二者在相互運用中，自有神機妙用，故曰：「神明自來」。

水金兩者之間的關係是相互為用，不可分割，因用真水借煉外丹，故謂真鉛。水屬後天，金（真水）屬先天，水本由金中而生，但金藏水底，金水兩者相須為用，不可分割。《龍虎經》中說：「金水相含受，雌雄并一體，用之有條理」。與本章說的「知白守黑」的道理是相通的。

參《呂祖全書》卷十一〈忘情品第二〉內文：

守雌留雄。**以黑返白**。

內修之道。情不觸物。**守雌留雄**。**以黑返白**。忘而不忘。不忘是機。所忘是物。機活竅靈。物忘命復。

參《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄〉內文：

守雌自閉。**虛谷生神**。

太上教人。以清靜為本。**守雌自閉**。虛谷生神。千言萬語。也只教人修心。

本章旨：

本章外講方面，最重要之幾句話，便是知雄守雌、知白守黑和知榮守辱三句。世人若能完成了這三句話，則便足以為：天下谿、天下式、天下谷。那世人便可復現三項常德即：常德不離、常德不忒、常德乃足的歸真反樸，回歸先天無極大道了。又，老子謂「道德」乃倫常日用各事，不能分割取捨而行，否則便不能稱之謂聖賢、哲士了。

內講方面：雄雌、黑白乃內丹語，黑指真水，白指真金，內丹修煉，水金兩者相互為用，不可分割，故曰「大制不割」。能悟之者，深功自得。

《道德經》二十九章

【將欲取天下而為之。吾見其不得已。天下神器。不可為也。為者敗之。執者失之。故物或行。或隨。或呴。或吹。或強。或羸。或載。或隳。是以聖人去甚。去奢。去泰。】

此章老君以天下作神器，言順應自然之道。分內外講。

外講：

【將欲取❶天下而為❷之。吾見其不得已❸。】

聖人道全德備，應運出世，如湯武❹取天下，並非湯武僥倖持強，過分驕肆，貪功取勝，為榮華而圖享樂。而是因桀紂❺失道離德，塗炭生靈，民不聊生，在不得已的情況下才取治天下。故曰：「取天下。其不得已。」

義師替天行道，「取天下。其不得已。」

【天下神器❻。不可為❼也。為者敗之。執❽者失之。】

天下及人心本是一個無形的神器，故天下必須用無為之德治來治化，既取天下，須以民為本，概因人心亦稱為神器。若用機智強暴以取天下，或用私智來執持，結果一定歸於失敗，不會長久的。故曰：「天下神器，不可為，為者敗，執者失」。

問：為何「人心」亦稱為「神器」？

答：蓋人心雖是無形無象的東西，但卻能上與天通，下與

賢君之心，與天心合。天心合人心，統稱之曰「天下神器」。

❶取：治理。

❷為：強作妄為。不是順應天命而為。

❸不得已：不得不這樣作。

❹湯武：商湯及周武王為古代聖君。兩王分別於距今約三仟至四仟年前，起革命推翻當時的暴政君王：夏桀及商紂。史學家譽湯武革命為「應乎天而應乎人」。

❺桀紂：即夏朝的桀及商代的紂。兩人皆為史上有名的暴君。

❻神器：老子以天下作喻神器。

❼為：任意強行。

❽執：把持。

物合，若統治者推行仁政，人心順服，則萬物必泰而天地（天道）亦必正位。倘逆天行道，則會影響天地之正氣，劫孽重生，戰禍連綿。故仙佛云：「天地劫孽之由來，實乃由人自召」。上天有好生之德，緣何降災禍於人間？是以自古以來便有「天人共怒」和「天人共慶」之二句話，由此可見這天理與人性同是一道之分用，這就是人心比作神器的原因也。

【故物或行[9]。或隨[10]。或呴[11]。或吹[12]。或強。或羸[13]。或載[14]。或隳[15]。】

天下萬物都是相對的，只有「大道」才可以絕對獨立，天下萬事都是循環的，只有「無為順安」才可以不入循環。老子舉四項事例而言：

（一）**物行或隨**：如在前面獨行的人，或工作上能極速上位的僥倖者，在其後面就有人緊迫窺伺他，前者或不能久執，又因此反之於後。上所行，下必隨之。

（二）**或呴或吹**：我欲噓而溫暖（呴），（刻意去奉承上者來取己益），寒涼（嫉妒者）必厭而棄之（吹滅），最終奉承者計不得逞而遭冷待。有所溫必有所寒。

（三）**或強或羸**：若人自以為有力，自視為強勝的人，那麼就有更強的人出，使其損而羸弱（削弱）。

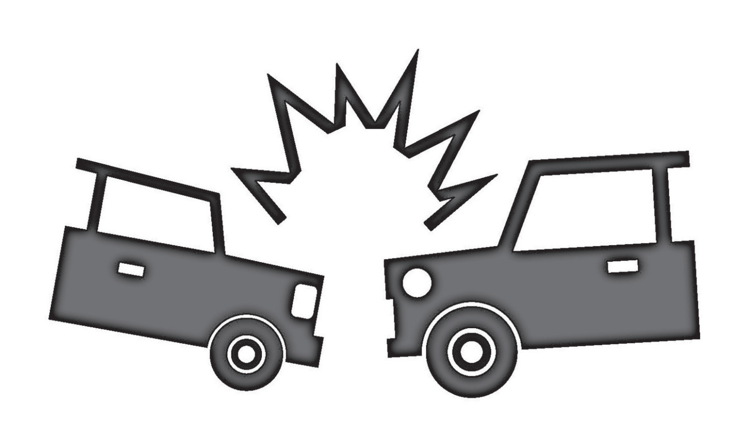
（四）**或載或隳**：有所安必有所危。汽車渡船若超載則易翻側，構成危險。這是有為的犯險！今日社會，船隻及交通工具超載而導致渡船翻沉、不小心駕駛，造成人命傷亡，時有發生，皆是人類有為的貪婪和魯莽錯判！

世間各事，各有對峙，一山還比一山高，後浪推前浪，我們應以自然之道來應理事物，不要強用有為和執的不正常手法來博取人心，或以巧取豪奪的手段來取人財貨，或假公義，假言詞來欺騙人民，這些都是嚴重的為與執，最終會是失敗收場的。

【是以聖人去甚。去奢。去泰⑯。】

去甚、去奢、去泰是教人不激不過

⑨行：行走。
⑩隨：跟從。
⑪呴：粵音吼。吐出。同煦。溫暖。
⑫吹：是寒涼。
⑬羸：粵音雷。毀壞。瘦弱。
⑭載：裝載。充滿。
⑮隳：粵音輝。毀壞。危險。
⑯泰：過甚。驕縱。奢侈。



世人爭奪名利、財富，不惜爾虞我詐，爭先恐後，呵諛奉承等來達到目的。但世間事，總是輪流轉的。若是不義而得、或貪婪過度，終招車毀船翻。

的驕，此三者是順天無為和不執，凡事都存在不以過度來強人，也不以奢華來勝人，更不以驕泰來欺人，如此自然就一順百順，沒有得不償失的大錯了。否則，倘奢泰過甚，則物極必反！

內講：

【物或行。或隨。或呴。或吹】

靜坐煉丹時，呼吸吐納，乃陰陽升降之機，陽往先行，陰隨其後。若氣之由伸而屈，吸之則油然而**呴**。氣之由屈而伸，呼之則悠然而吹。

【或強或羸。或載。或隳】

真氣生，丹田爐火升降，端籟文火（**羸**、即弱），或武火（即強）調節得宜。倘武火過強，則「**載**」（即滿），文火弱，則「**隳**」（即毀），結果恰如冷火燒炊，不生不熟耳。

本章旨：

聖人或統治者之有天下（即神器），並不是單靠邪惡勢力爭取來的，乃是因「德」之感召力而自然歸順的。明道的人，順天理而行，以己之心及人之心，不用刻意去強為和固持，各事方能成就和長久。內煉亦然，不過強或過弱，陰陽相濟，大丹始就。

《道德經》三十章

【以道佐人主者。不以兵強天下。其事好還。師之所處。荊棘生焉。大軍之後。必有凶年。故善者果而已。不敢以取強。果而勿矜。果而勿伐。果而勿驕。果而不得已。果而勿強。物壯則老。是謂不道。不道早已。】

此章承上第二十九章，上章言聖人應天運而取治天下，乃不得已而作。今章言用兵亦不得已而行。純外講。

外講：

【以道佐❶人主者。不以兵強天下。】

輔佐人主為政的人，不應持強兵之道來逞雄天下，而應施行仁政來治理人民。

❶ 佐：輔佐。

【其事好還。】

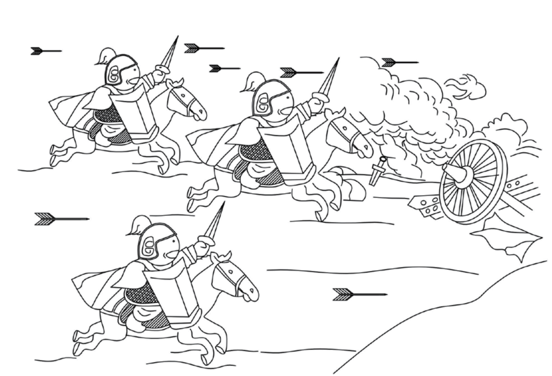
若以武力來逞強於天下，就會還有比你更強的人出來對付你，這樣兩相報復是永遠不會息止的。即第二十九章之「或強或贏」的道理。

【師之所處。荊棘生焉。大軍之後。必有凶年。】

凡是遭到兵禍的地方，人民所遭受的塗炭就不堪設想，十室九空，田畝荒蕪，荊棘叢生。在大兵災之後，因兇殘過甚，致寃魂集結變成災殄戾氣，此即飢荒凶年之由來也。

【故善者果而已。不敢以取強。】

兵為不祥之器，於不得已時才不得不用。如前篇第二十九章言商湯伐桀和周武王伐紂乃弔民伐罪（即慰問受苦的人民，討伐有罪的統治者）而用兵（除去暴君）。宋朝岳飛（公元一一〇三至一一四二年）大戰金人兀朮乃為救亡圖存宋室而用兵。如此等等因不得已用兵者，可謂「善者果而已」，並沒有以兵強天



為政之道，在於施行「仁政、安民」。並不是以打仗兵強來治天下。否則只見兩相報復，禍及百姓。故曰「其事好還」。

下的意思，不得已時一用能夠濟事就可以了。故所謂果者，就是適可而止之意，故後世便以王師義兵來定論用兵是否「善者果而已」。

【果而勿矜。果而勿伐。果而勿驕。】

用兵既有了適可之功績後，還得要懷着沉重的心情戒省一下，不可以適可之功績：

自矜、自伐、自驕。

【果而不得已。果而勿強。】

更須要存在一種自懺自戒的心理，在有了成果之後即當止住，不要再藉兵力之勝來欺淩以稱強天下。

【物壯則老。是謂不道。不道早已。】

天下萬物之常道，是新陳代謝循環不息的，萬物過了強壯之階段，勢必要衰老敗壞下去。用兵之道，應常保持中肯之態度，能果即可，不可取強。假若一旦不知進退的趨入過強之途，則和萬物之將衰老一樣，最終一



兵禍連年，農事荒棄，民不聊生！

定遭到更強的挫折而敗滅了。故曰如此者則「不道早已」，即不明白這個道理，必招敗亡。

再觀近代史，拿破崙曾稱雄於歐洲，兵強將硬，用兵不謂不精，然終不免有滑鐵盧（公元一八一五年）之覆滅。再看希特勒（公元一八八九至一九四五年）曾以三數月之短時光，蓆捲西歐十餘國，兵將要達至巔峰狀態時便由壯而老而死。雄師未能以果而勿矜、勿伐、勿驕、勿強為戒心，最終至一敗不可收拾的境地，這又是「不道早已」之另一例證。

又道家以兵強比喻情動擴張，參《呂祖全書》卷十一〈忘情品第二〉內文：

太上曰：「**道佐人王。不以兵強。兵者情也。情動物張。夫焉有倚。倚者寓情。情能逐物。情能役神**」。

按呂祖訓文：兵者寓作情，情者、人性之好。喜、怒、哀、樂、愛、惡、欲謂之情。倘情（即兵）過張，過甚則傷神、損元氣，奉道者宜寡情弱兵。



《滑鐵盧戰役》

打仗是為保家衛國，不得已而動兵。打勝仗、切忌驕傲自逞強，須哀弔戰死士兵，自戒自省。當戰爭平息後，宜休養生息，以平天地戾氣，否則必遭敗亡。

本章旨：

老君教人「守柔日強」，這樣才可以長久不殆，若是以兵強天下，即是棄柔而用剛，剛則壯，壯老則死，這已離叛了道旨，故曰「不道早已」。奉道者，宜弱兵（寡欲修心）。



奉道之士，倘情「喻兵」過張，神常外馳，則損氣傷神。

《道德經》三十一章

【夫佳兵者。不祥之器。物或惡之。故有道者不處。君子居則貴左。用兵則貴右。兵者。不祥之器。非君子之器。不得已而用之。恬淡為上。勝而不美。而美之者。是樂殺人者。夫樂殺人者，不可得志於天下。吉事尚左，凶事尚右。偏將軍處左，上將軍處右。言以喪禮處之。殺人眾多。以悲哀泣之。戰勝則以喪禮處之。】

此章可以同上一章（第三十章）合起來講，同是反戰的意思。分外、內講。

外講：

【夫佳兵者。不祥之器。物或惡之。故有道者不處。】

兵為不祥之器，打仗必傷殘人畜性命，乃仁人之所忌。人類在討厭它，就是物類如禽獸等亦厭惡而逃避它，百姓不會接近它。

【君子居則貴左。用兵則貴右。兵者。不祥之器。非君子之器。不得已而用之。恬淡為上。】

古人君子在安居的時候，以左方為上首，因左邊是向東方，屬木、屬仁（慈）、屬陽、生氣也，「左青龍」是萬物吉祥之意。右是西方、屬金、蕭殺、屬陰、殺機也，「右白虎」是萬物凶煞之意。用兵的時候，則以右為上首，因右主殺、屬陰。「兵」是不吉祥之器，故只可屆弔民伐罪（即除暴政安民）或國家處於救亡圖存之時，在不得已而用之。

但這時亦當平心靜氣為上，不可存有好戰貪殺之心。故曰「不得已用，恬淡為上」。

【勝而不美。而美之者。是樂殺人者。夫樂殺人者，不可得志於天下。】

有道德的君主或統師，因不得已而用兵，雖戰勝敵人，但因殺人甚慘，故不以戰勝為美。若把戰勝當作美事，就是以殺人為樂，以殘生為快。樂於殺人的人，不會深得民心，不能使天下人志願歸服。

【吉事尚左。凶事尚右。】

古時正常治國之道當以文為重，故言貴左不貴右，即是重文（德）不重武（戰）之意。因當時之禮制是這樣，故凡吉事多尚左方，凶事均尚右方。

【偏將軍處左，上將軍處右。】

古時、一旦出兵，偏將軍因沒有生殺之決定權，所以就居在左方，而上將軍因兵

權在握，指揮三軍，故居右方。

【言以喪禮處之。殺人眾多。以悲哀泣之。戰勝則以喪禮處之】

打仗殺人太多，統治者、統師打了勝仗慶祝戰績，須以哀聲悲泣來弔陣亡的將士。雖然戰勝亦應不以吉祥事來看待，而以喪禮來處理這場戰事。如（追悼、立碑、設醮渡亡）等。

內講：

仙家謂兵強戰勝，乃還丹向上之事。

參《呂祖全書》卷十七〈火候藥物章第十八〉：

以神運氣。以氣引精。默默任運。身心泰定。致虛守靜。寂淡為無。其運氣也。息息歸根。勿忘勿助。其**下手施功**。**全用逆修**。使元神內守。精氣凝結。煉精化氣。煉氣化神。煉神還虛。虛無自然。聖胎斯成。然後溫養乳哺。全用靜體默護。自**未**結胎以前。常用**武火**。以退陰符。及陰符退盡。已露純乾陽剛之體。只用文火。溫養保固。使之泰然安處乎中。**蓋武火譬之戰爭**。至已成聖胎。則如天下泰平。惟宜偃武修文。焉用武事。**太上曰：佳兵者不祥之器**。**不得已而用之**。**故恬澹為上**。工夫至此時。只宜恬澹自守。切戒助長。久久純熟。嬰兒長養時。至自然脫胎神化。自在逍遙。

按呂祖訓文，道家內丹修煉，以武火（身中真氣）喻作戰爭，煉至聖胎就結於黃

庭（修真圖七號穴）後，則用文火溫養培育。關於修煉內丹爐火之升降，詳參本書刊導讀八《太上道祖內修篇講》第十三章〈火候調節〉。

參《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章〉第三十內文：

道德二篇。其中所言。**治國用兵之道**。**多屬喻言**。即佛經亦以莊嚴佛國為清淨心地。太上之言**治國**。**理此身心也**。**即用兵亦喻戰退陰魔**。**克去私欲之害心者**。如《易》曰。震用代鬼方。三年有賞於大國。《陰符經》云。絕利一原。用師十倍。三返晝夜。用師萬倍。同一義耳。

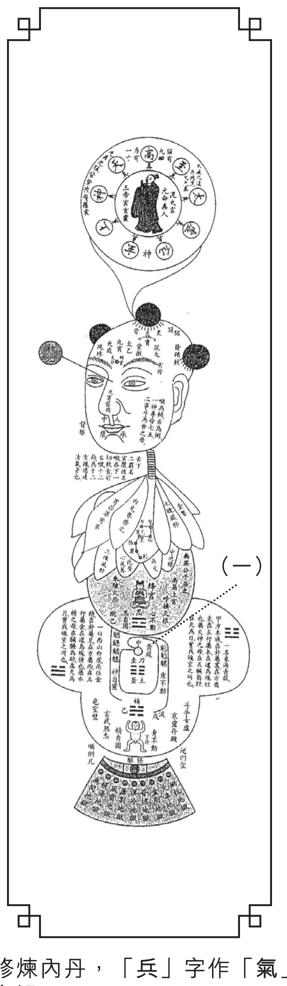
又道家以「兵」字作「氣」字解。

參《醫道還元》卷五〈五氣心法詳解〉內文：

呂祖曰：何謂**強兵**不用？**兵者**有遏敵之義，家國有敵侵擾，乃有待於**強兵**，**人心見累於群魔**，斯有事乎振其遏邪之氣，故禦邪擾之乎禦敵，**厲氣亦等於厲兵**，所以《太上經》中「**兵**」字有作「**氣**」字解者。人苟金德完成❶，自有冰霜之志，既無邪魔之擾，又何待厲其禦邪之氣？

編者按：上文所示，若人心被邪魔萬態所困擾，即厲自身之氣（喻厲兵）拱衛心城，使心魔不起不侵。

❶ 金德：即人心。金五行屬秋，主斂束防衛。倘人心之金德完固，亦居然一城之衛防，任外邪之紛紜錯起，千般萬態，一切群魔，皆不能擾害。



修煉內丹，「兵」字作「氣」字解。

（一）內丹運真氣，下手施功（初功），全在逆修。聖胎未結前，常用「武火」，譬喻戰爭。迨至溫養聖胎，只用「文火」。喻戰事結束，天下泰平。

本章旨：

老君言兵分外、內講。

外講：再申言兵的禍害，君子不得已而用之。

內講：以「兵」喻內修未結丹時用武火（兵），既結丹後，溫養聖胎於「黃庭」時用文火培育，恬澹為上。又用「兵」作「氣用」，禦衛驅心魔外邪。參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第十三章論「火候調節」武火喻「兵」，而《醫道還元》內文，呂祖言「兵」作「氣」字解，二聖玄真妙諦，洩吐無遺！

《道德經》三十二章

【道常無名。樸雖小。天下不能臣。侯王若能守。萬物將自賓。天地相合。以降甘露。民莫之令而自均。始制有名。名亦既有。夫亦將知止。知止所以不殆。譬道之在天下。猶川谷之於江海。】

此章老君教人知止。分外、內講。

外講：

【道常無名。樸❶雖小。天下不能臣❷。】

「道炁」生天生地，生人生物，為造化陰陽之樞紐



「**道炁**」原為「**樸**」，朴散後才分陰陽生萬物。迨後天地陰陽互升降、日月往返，周而復始。世人不知「**道炁**」之大功，更瞧不起「**它**」。「**道炁**」為天下「**母**」，故天下萬物皆不能役使「**它**」，臣服「**它**」。

❶ 樸：未經雕琢的「木」曰樸。未經顯了之「道」亦曰樸。

❷ 臣：古時國君所統屬的眾民。役使。統率。君主時代的官吏。

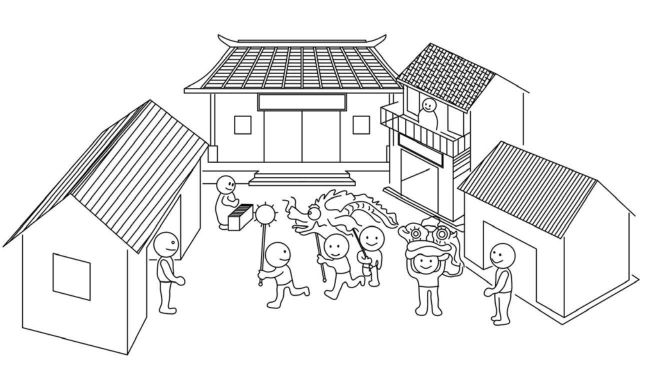
根宗。天地日月陰陽升降，不變不遷，不壞不滅，有一定之理，故曰「常」。道炁至神至妙，無可名狀，故曰「無名」。

天地萬物由「道」之元炁朴散而生，樸（朴）氣雖曰小而不見、不聞，無聲無色，然天下所有的一切生命事物都要以它（道炁）為宗主（本），誰也不能以「臣」的看法來小視或離開它。故曰「樸雖小，天下不能臣」。

【侯王❸若能守。萬物將自賓❹。】

道炁朴散生成天地、人倫、大道以「道德」支配人倫。若侯王能守住這「道德」去治理天下，不違反萬物之本性，不背叛世道之常理，則天下萬物自以賓客的態度來歸心這侯王。

前第二十八章上曾有過「樸散則為器」一句，這樸就是「道」。道朴散後為器用，此「器」包乎天、地、性、物各理、名相繁雜。按二十八章「聖人用之，則為長官」，此顯「常道」自利自用之德。倘按今章「侯王若能守，萬物將自賓」則此顯「常道」利他之德（利國利民）。



「道炁」朴散後，始有後天人倫、道德、規範。國家領導者，能依此為「**器用**」，統率教化百姓，天下泰平，人民安居，各方自來效法朝服，即「**萬物自賓**」。

【天地相合。以降甘露。民莫之令❺而自均❻。】

國家上治下安，善多惡少，天地陰陽合泰，所謂「陰陽和、草木興」，陰陽之相合而降下潤澤甘露，不待世人之請求就很本能的降給萬物。若道德淪亡，人心歪壞，戰事頻生，生靈塗炭，則天地之戾氣（罪惡黑氣）充塞，上天雖有好生之德，然人禍自召，旱澇災害，自然而來了。所以倘人心與天心相合沖和，則「天降甘露，人莫之令而自均」。

【始制❼有名。名亦既有。】

道既朴散為「器用」的時候，由「無名之道」漸成「有名之德」，始立法制，定準則，此「名德」包涵甚廣，不可言盡。惟大體上不離倫常八

❸侯王：地位與第二十八章之官長相同。
❹賓：客。歸服。順從。
❺令：使、命令。
❻均：公平、均勻、調和、調節。
❼制：成法、準則、節制、法制、制度、法式。

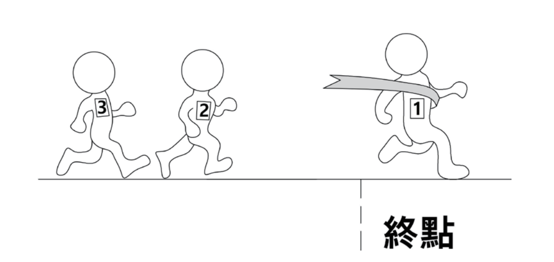


天下承平，人民安居，則必風調雨順、禾稻豐收。
即雨露「自均」。

德、上尊下卑（長幼有序）、善與惡、功名與利祿、權法等種種，俱與人事、親密和睦之倫常關係，社會組織之發展，息息相關與日常不離。既立名法制，規範道德，名相既立，老君恐世人不能守住本體，就很容易被一切名相所惑，於是一些竊名盜譽之偽道學便從之而生了。這些人之行為因多是只重名而無實，故其名相愈彰，真質愈失，這就是大道日晦之緣起也。是以老子告諸世人，在有了好「名相」之後，仍須時刻「知止」，這樣才不會為名相而失去本來。故老君在「始制有名」之後，緊貼着又說出了「夫亦將知止」，「知止所以不殆」（危險）。

【夫亦將知止。知止所以不殆。】

道本無名，樸散為「器」以後又不可無名，故這「無名」是「實法」，而「有名」便成為「權法」了。如天地未生人之始，先付人以善惡，人海之中，萬象俱備，倘人世間，只見其善，不見其惡，或見善而不見惡，則芸芸眾生，無分善惡，則無復皈止之期，如此無形中，已無欲界之存在。名相既存欲界之中，我們只要能知止，知「道」何是本：「道元炁，未樸散前」，何是末：「樸散立名相」，這自然就有定向



世人為求後天的「名相」，互相競逐：名和利、權與勢，甚至出現了「偽君子」的假仁假義，偽名聲等重名而無實的道德事業。老君教人「知止」才不被「名相」迷惑。

而不致被名相把我們迷惑了。《大學》所謂「知止而後有定」的道理，與老子所說「知止」是殊途同歸的。

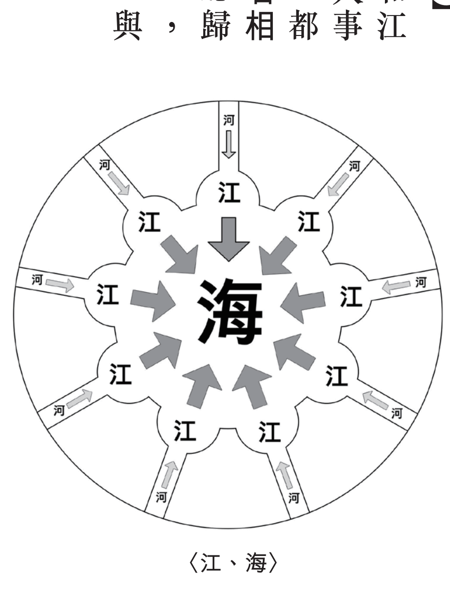
【譬道之在天下。猶川谷之於江海。】

大道與萬物的關係，實如同川谷和江海一樣，萬物是川谷，大道是江海。人事不論那一個物，那一件事和那一種人，都不能離開這個「先天樸道」及「後天名相之道」而獨存，都是當以「道」為總歸依。故道書云「道也者，不可須臾離」，離則不祥。故道（道與德）之在天下，與人相應和，如川谷之與江海流相通也。

內講：

【侯王若能守。萬物將自賓。】

侯王者、「心」也，心空則神靈。若能守心致虛者，萬物將自賓服。萬物者，諸經脈絡竅穴是也。心能定而守靈，經絡再無不賓者（即臣服於心）。



〈江、海〉

- 江海匯百川，世間各物事與理，總歸先天「大道」。就像江河溪流之水那樣總歸流入大海。
- 後天各物名和相、五常、八德，皆源自先天「樸道」。「故萬物是川谷」。

本章旨：

分外、內講。

外講：老君教人知止不殆，勿執「名相」。佛經云「凡所有相，皆是虛妄」。如來世尊云「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來」，與老君同一理耳。

內講：心即人身侯王，能收攝心之諸情欲念，則身中九竅百脈，自然來朝心，臣服於心（侯王）。

靜坐時，心靜無妄，真氣生，貫通諸經脈絡。如此、九竅百脈自來朝「心」，心為「君」，竅脈為「臣」即（賓）。

（一）侯王者「心」也。

《道德經》三十三章

【知人者智。自知者明。勝人者有力。自勝者強。知足者富。強行者有志。不失其所者久。死而不亡者壽。】

此章老子教人盡己的功夫，即儒家克己的精神。純外講。

外講：

【知人者智。自知者明。】

能知人功過，察人善惡可說是有「智」的。但知人者未必能察己，故能省察自己的人是自知，能自知即是「明」。這明字老子曾定過規定，就是「知常曰明」（第十六章其中一句話）。故欲自知之者，若能以人生之常道來啟示自己，不怪不謬，不激不偏，這樣就能智慧大開了。故曰「智、明」。

【勝人者有力。自勝者強。】

以智力勝人的人，未必能勝己，能克服自私，調和自心，更能克制自己的人是

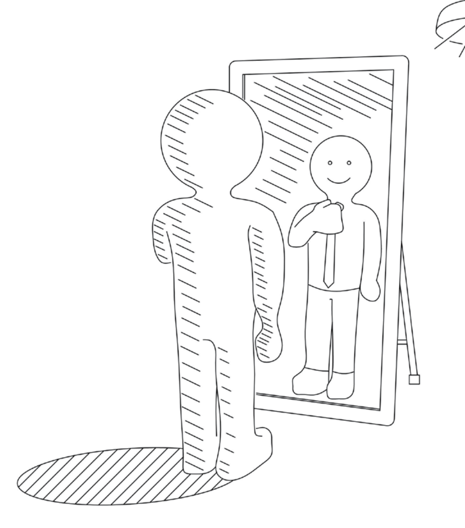
「自勝」，就叫作「強」。這強字老子也曾定過標準，就是第五十二章「守柔曰強」，故自勝者若能以柔和之道來降伏身心，不躁不寒，不疾不滯，如此行為自然端方了。「自勝」是修正我的人生行為，「自強」是功夫確實。

【知足者富。】

自知、自勝的人可說是真能認識「道」的人了。有道的人，不會貪妄無休，能知足知止。所謂世人富在多財多貨，賢人富在道德充實，是真富貴。知足的人是富在心境舒泰，故孔子云「飯疏食飲水，曲肱❶而枕之，樂在其中矣，不義而富且貴，於我如浮雲」。故曰「知足者富」。

【強行者有志。】

人能「強」行大道，知足不辱，知止不殆，可說是真正有志的人，與一般立名利而立志的人是截然不同的。



【自知者明】【自勝者強】

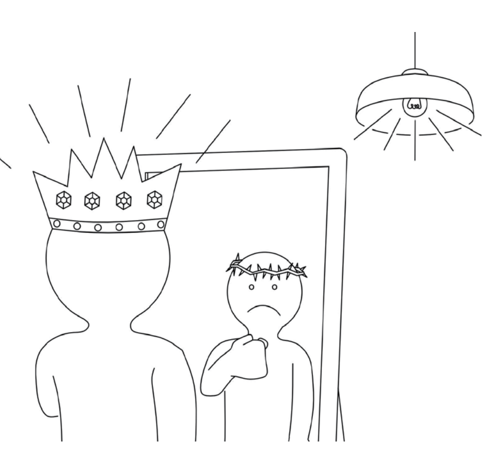
- 省察自己，用「常道」來啟示自己，是曰「明」。
- 克服自己私心，用柔和之道來降伏妄欲，是謂「自強」。

【不失其所者久。】

人希望長久不死，但必須有一個方法，這個方法就在不失其所。「所者」，我們為人的本然所在，是無形的「真我」。人多以色身為重，故真我之「原性」與「色身」共流浪於生死道上，妄生妄滅，永無息止，失其「所」者而滅。人能不失其本性者，即同佛說「應如是住，如是降伏其心」之如是住處。在儒即是「在止於至善」之至善之地也（地之所）。

此「所」亦是大證涅槃❷之門戶，故不失這個所在的人才可以久在不滅也。

【死而不亡者壽。】



【知足者富。強行者有志。】

- 知足者富，不知足者，雖富亦貧。
- 「立志」安身行道，不同於立志於名利的世俗人。

❶ 肱：（粵音轟）泛指手臂。

❷ 涅槃：（粵音揑盆）修學佛法最後的歸趣在求證涅槃。脫去煩惱，入於不生不滅之門。與老君云「不失其所者久」義相同。

「色身」之消滅即是「死」，而「德行」之消失即是「亡」。不明道的普通人一生之任務就是滿足色身肉體的欲望，在死的時候一點德行也留不下，因其色身與德行共毀滅，故謂之死亡。若是明理常守其所的人，以自知自勝之功夫來修養自身的人，並且更能在社會上立德行以利人利物，他的色身雖滅，但其德行卻永留人間，不朽不滅。身雖死而名不亡，故謂「死而不亡者壽」。

奉道者，若能修「外功」，如積德立善，宣弘正教，度己度人。「內」則修靜明志，見性明心，則成真、成仙而去，離輪迴而果證真道，進入不生不滅之境。也是「死而不亡者壽」，即是壽與天齊。

本章旨：

老君以前四項進行教人修身立命：

（一）明：是理路清楚。

（二）強：功夫確實。

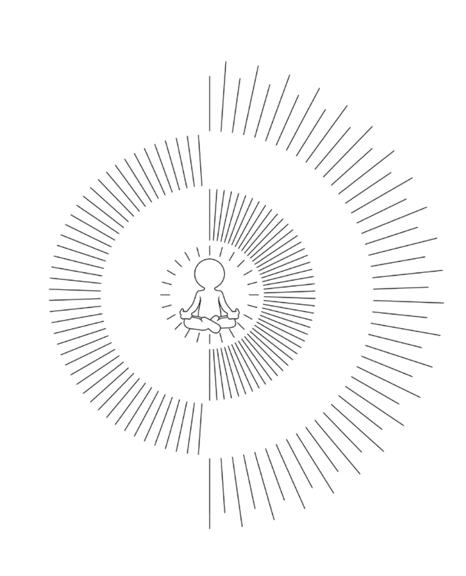
（三）富：取用知足。

（四）有志：對道德的專誠。

後二者是最後成就：

（五）久：是歸根復命。

（六）壽：精神不死。



修真者，內外雙修，功行完滿，羽化仙去。功行至此，尋回本性，是謂「不失其所」，故能「長久」。色身雖滅，真靈永存，是曰「死而不亡者壽」。

《道德經》三十四章

【大道汎汎兮。其可左右。萬物恃以生而不辭。功成不名有。愛養萬物而不為主。常無欲可名為小。萬物歸焉而不知主。可名為大矣。以其終不為大。故能成其大。】

此章借「水」論「道」，「道」不自以為大而終能成其大，純外講。

外講：

【大道汎汎❶兮。其可左右。】

前言「道」朴散後，生天生地、日月、五行、八卦，聖仙神佛，化生人靈及一切含靈動植物。

「道」的功用如像「水」一樣，汎流各處，普利萬物，不分何方何地，高下低

❶ 汎：廣流。同泛。

平，無不所至，普利無偏，固曰「大道汎兮。其可左右」。

【萬物恃以生而不辭。功成不名有。愛養萬物而不為主。】

此三句，是「道」成就「玄德」之重述，可與第十章同參看：

萬物恃以生而不辭：萬物依持「道」而生存於宇宙中，但「道」從來沒有停止或休息過，試觀「道」化陰陽二氣，使天地升降、日月往來調燮有序，風雲雷雨，潤澤萬靈，道的功用大矣，但從不因勞苦而推辭。這句與第十章「為而不恃」的意義相同。

功成不名有：「道」成就了萬物以後，並不因其成就而自以為有功，仍每刻在默默地運作。這就是第十章「生而不有」同義了。

愛養萬物而不為主：這句話是說「道」虛中無私，萬物雖然依道而生存，但「道」卻並沒有認為自己是萬物之主。這就是第十章「長而不宰」了。

【常無欲可名為小。萬物歸❷焉而不知主。可名為大矣。】

「道」名為小的原因：因「道」無欲望，無欲的表現就全在上二句「功成不名有，愛養萬物而不為主」的話文上。因不肯顯露，萬物雖受其利但無法知道領悟去表彰它，故乃名「道」之為小了。不為一般俗人知曉的意思。

「道」又名為大的原因：是在「萬物歸焉而不知主」之一句話顯露出來的。因「道」所以能夠使萬物歸心的原因，是因為道長養萬物而不願為其主，而萬物又不知「道」在循環不息的調燮陰陽，使四季有序，晝夜循環，風雲雨露，稻穀豐收，像這種偉大的無為功用都是萬物所辨不到的，故此「道」當然又可名為大了。

【以其終不為大。故能成其大。】

最後老君綜而言之，這「道」像「水」汎流般不但能善利萬物，無所偏向，不居功，不為主，不自以為大，惟其能如此，所以終成宇宙間之最偉大者了。



〔嘉祥武氏墓群石刻中的舜〕

真正的大人物，功成不名有、不居功、不自以為大，**惟其能如此，終成為世間名符其實的大人物。是與天地同「玄德」**。（參《道德經》第三章，堯舜讓位。）



【大道汎汎兮。其可左右。】

「**道炁**」 生萬物，培育萬物，像「水」分流到各處。「**道與德**」依先天「**道炁**」而存於三才（天、地、人）之中。人當敬仰「**大道**」而行，莫負「**道**」恩。

❷ 歸：歸心、歸向於道。

本章旨：

越是真正的大人物，越不自以為大；越是自以為是，了不起的人物，反是沒什麼了不起。老子在本章上也是發揮這個意思，教人「行道」，一方面要像「水」的汎佈，不分上下左右普利萬物，另一方又教人功績越是大，越要不居，這樣才是一個名符其實的大人物。

《道德經》三十五章

【執大象。天下往。往而不害。安平泰。樂與餌。過客止。道之出口。淡乎其無味。視之不足見。聽之不足聞。用之不可既。】

此章以「大象」言「大道」之功用，用之不窮盡。分外、內講。

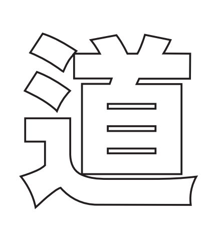
外講：

【執❶大象❷。天下往。往而不害。安平泰。】

大象（外途）：即有為之道。「道炁」朴散之性諸如五常：仁義禮智信。八德：孝悌忠信，禮義廉恥。

❶ 執：持、掌管、施行。

❷ 大象：言大道之體用。分外內二途。



【執大象。天下往。】

老君以「大象」言道。此大象非真象（動物），乃無聲、色、味的「真常大道」。人能守持「道」，天下泰平。

明道之士，真能執守住這五常八德之大象，則天下人受了他的感化便歸往學習。在有道之人治理下之社會，人人都和平共處，善多惡少，天下就會太平無事了。故曰「執大象、安平泰」。

【樂與餌❸。過客止。】

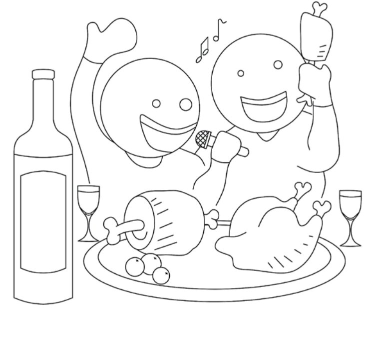
餌：此指五欲之代表。即色聲香味觸。五者確實各有各的不同之滋味，故為世人所共耽（沉溺、迷戀）。但這美色厚味，只能使人享受於一時，並不長久，如同旅客，止宿一宵，只可滿足一人之私欲，對社會上並沒有什麼好處。故曰「過客止」。

【道之出口。淡乎其無味。視之不足見。聽之不足聞。用之不可既❹。】

「道」是無形、無味、看不到、聽不到的東西，所謂大道無言，至象無形。但這個無形的大道或稱「大象」，其功用確實是用之不盡的，大概可分用為兩途：

（一）世人執持堅守倫常八德，可成為聖人、賢人或君子。

（二）修行人執持而行，可明心見性，返回先天「無為樸道」。故曰「用之不可既」。



【樂與餌。過客止。】

味、視、聽及色欲之享樂，短暫而已。修真行道才是至寶。

內講：

大象（內途）：大象即先天無極大道，佛曰色空，道曰無為。

關於大象之內講詮釋，參：

（一）《醫道還元》卷四〈天地心詳解〉內文：

呂真人曰：何謂**常直**？蓋天地之體段，固屬有形有質，曷從見其虛？然天地之形質**不**可言虛，而其淵默之心，則冲虛莫可窺測。所謂**虛**，即指**真一**而言，有比擬（揣測）所不能盡，活潑而無可名狀。**直者**，**不屈之謂**。凡物皆可屈撓（彎曲），天地真常，實至剛，而無時可屈。惟其**虛**，故有不蔽之真。此**直從虛生**也，亦惟其**常直而不屈**，故無雜氣得入，是虛又從直生。彼執**有形有象以論天地，安足以見天地之真？老君所謂「大象無形」亦即此意。觀此便知有形之天非天，有質之地非地，其真一之默妙，乃為真天真地。即如人之形軀，亦不過一色殼耳，非真人也。心之真一，修到圓全凝固，如天地之虛而常直，便是真人。何謂直道**？直者，即虛中不屈之謂，其虛而不屈便是道，故謂之直道。萬物從此生，萬化由此布。人只識天地之形體，而莫究天地之玄奧，是直等天地為頑然色殼，無怪乎其處於天地內而罔然漠然，與眾物同其榮枯。殊不知人稟天地之全，己身自有天地。果能法天地之自然，合天地之宗主，自能超出於庶類之上，為聖賢為仙佛，無非憑點

❸ 餌：吃。

❹ 既：盡。

靈光上做去。

呂真人上文詮釋「道」即「大象」，而大象乃「虛無」之一點靈光，與仙佛同體。

（二）參《洞古經》之〈住世章〉內文：

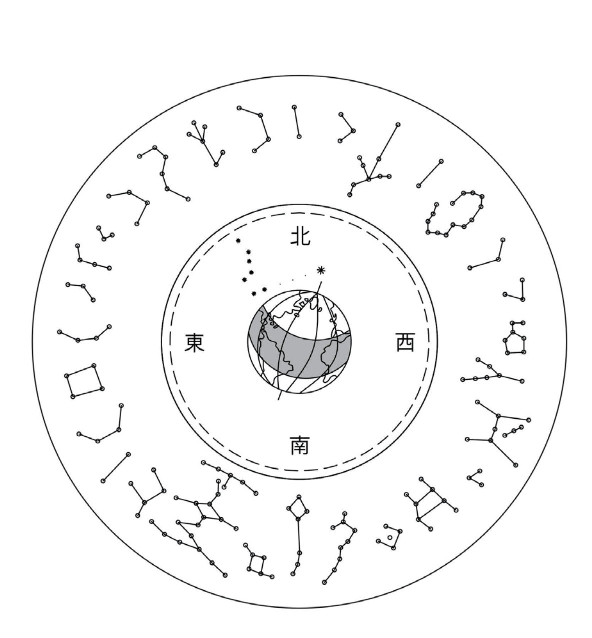
養其無象。象故常存。守其無體。體故全真。全真相濟。可以長久。天得其真故長。地得其真故久。人得其真故壽。世人所以**不**能長久者。為**喪其無象**。散其無體。不能使九竅百骸。與真體並存。故**死**矣。

李涵虛真人註：無象者。氣也。無體者。神也。以神合氣。丹道自成。故曰全真相濟。可以長久。

按李真人詮義：老君曰無象者實為「氣」也，於人而言，即三品「精氣神」。三品合一，名曰「真靈」。

（一）大象內途：
三品「精氣神」。
無象者、氣也。
無體者、神也。

本章旨：老君以大象喻：（一）大道外途，能守持大象（即道德倫常）的人，可感化其他人，促使社會康泰。修行者能執持：（二）大象內途，以神合氣（無象），可修丹成道。



老君曰「大象無形」。天象乃無形之「氣象」。

《道德經》三十六章

【將欲翕之。必固張之。將欲弱之。必固強之。將欲廢之。必固與之。將欲奪之。必固與之。是謂微明。柔弱勝剛強。魚不可脫於淵。國之利器。不可以示人。】

此章以強弱盛衰來言天運之自然。分外、內講。

外講：

【將欲翕❶之。必固張之。將欲弱之。必固強之。將欲廢之。必固與之。將欲奪之。必固與之。】

這一章不易解釋透徹，故諸家之註法便多不一致。更有人視老子此章為陰謀論，進而便羣起而效之。老子是至聖之師，而「道」的功用是以「德」來感人，故絕不會教人以詐術來欺騙人，更不會教人勾心鬥角來相處。故在這章的註釋上，必須引用《呂祖全書》的內文來分析註解，糾正權術陰謀家用來誤導世人！

將欲翕之，必固張之：若按字句可作簡易解釋：如果將要收縮合攏，則首先要張開放大。權術家錯誤引例說如白起（秦國將軍，距今二千二百多年前）藉趙括之攻勢，首先張開國境，以詐敗誘趙兵入圍，然後封閉國境，斷其後路，終使數十萬趙軍成為俘虜並遭坑殺，史稱「長平之戰」。這是權術家錯誤的運用及誤解老子立此言的心志。

將欲弱之，必固強之：如果將要削弱它，必須暫時壯大它。

將欲廢之，必固興之：如果將要廢棄它，必須暫時興舉它。

將欲奪之，必固與之：如果將要奪取它，必須在開始時先給與它。

權術或陰謀論又錯誤舉例說：如春秋時易牙（距今約二千六百餘年前）為了取得君主的寵信，殺兒子煮肉獻於齊桓公，而齊桓公終餓死於圍困之中。此種詐術，絕非老君文意。

今按《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章第三十〉內文詮老子上文真意：

至於經中。將欲翕之。必固張之。將欲弱之。必固強之。將欲廢之。必固與之。將欲奪之。必固與之。此乃天運之自然。如日將入而返照。歲將寒而忽熱。人將死而焂強❷。燈將滅而復爆。無異理也。然此理人最難知。故謂微明。欲人於此種事。豫

❶ 翕：粵音泣。收縮、歛息。

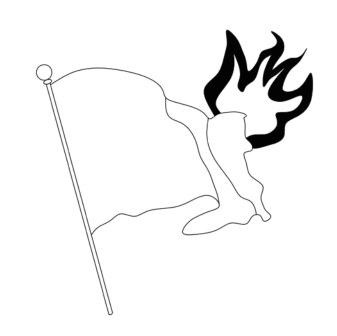
❷ 焂：粵音肅。光動貌。攏。

知禍福之將至。而先審其幾焉。世儒不察。以為列國分爭之事。縱橫捭闔之術❸。不亦謬乎。

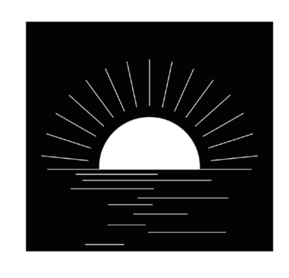
按呂祖文意：翕、張、弱、強、廢、興、奪，與之事物變動，並非有意造作以及人為的詐術，而是天地氣運在大道運化中有升沉變遷，消息盈虛之數。萬物興亡，成毀起伏，離合盛衰，自然而已。故《素書》❹中云：「**盛衰有道，成敗有數，治亂有勢，去就有理**」，蓋是此意。

【是謂微明。】

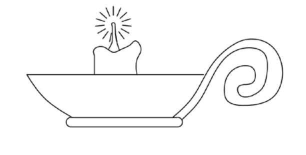
按呂祖師上文，上述天運、氣理，禍福、成敗之事，世人最難知最難明，故曰「微明」。



一〔國之興亡迭替，盛衰有道，成敗有數〕



二〔日將入之返照〕
日落時，太陽的返照，較未下山前還要光亮的一刻。



三〔燈將滅之復爆〕

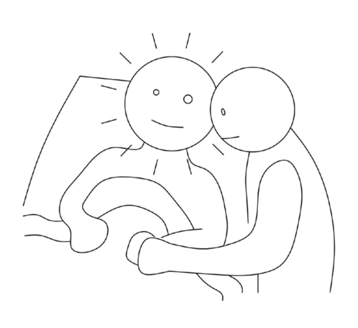
【柔弱勝剛強。】

前言四項事，是世事之常情，是由柔勝剛、弱勝強之道理中變化出來的。明理的人，當柔弱自處，不必與世人爭剛。

參《呂祖全書》卷二十四〈玉樞寶經〉內文：

❸ 捭：粵音擺，分開。捭闔，猶言開合。戰國時代，距今二千多年前，縱橫家遊說各國之策略叫捭闔，指分化或者拉攏。

❹《素書》：是一部學治人之兵法，謀略之書。相傳為秦朝末年，黃石公所撰。距今約二千二百餘年前。



四〔人將逝的迴光〕



五〔歲將寒而忽熱〕

立秋後，西曆8、9月之間，有時日氣溫甚比夏季還要高，短期回熱。民間俗稱“秋老虎”。

以上一至五項，乃天運之自然循環，人物的生命周期。天下之物，勢極則反。其中之理，甚微妙。凡人不易知。即老君曰「微明」。

《易》曰：「**柔順利貞**。**君子攸行**」❺太上曰「**柔勝剛**」。故用柔而**不**用剛。其用不敝❻也。

編者按：由此看來，《易》謂柔順，即老君曰「柔勝剛」。

【魚不可脫於淵。國之利器。不可以示人。】

魚不但不能離開水，而且更須沉潛於淵底以防止鈎餌。國之利器當密意保守以防奸細之探訪，被人知道你的底細。老子教我們處世立身之道，不要機智外露，炫耀才能，必須深藏若虛，這樣不但不會失德，而且可避免被野心家利用。

內講：

老子曰「柔弱勝剛強」，內煉之士，以柔制剛，胎仙乃結。參《呂祖全書》卷九〈五行端孝品第二〉內文：

五行之道。水火化焉。水火相洽。水火相兼。火要水濟。水賴火炎。**以柔制剛**。**剛柔連綿**。煉成一塊。非汞非鉛。能升能降。號曰**胎仙**。



【國之利器。不可示於人。】

比喻處世要順天應道，柔順忍讓。不可機智外露，炫耀己能。

本章旨：

老君言天地氣運，盈虛之數，皆在大道運化中而變遷。天下之物，勢極則反，此物勢之自然，而人不能察。又教人當以柔弱自處。心性要潛藏，斂華務實，如國家武器，是用來防衛國土，不可隨意公示於人而使敵人知曉。

❺ 柔順：是順天應道而行，柔順中含忍讓之德。攸行，即安閒攸游，心性弛放。全句意謂如母親般地柔順，事事和順。

❻ 敝：即破舊、壞。

《道德經》三十七章

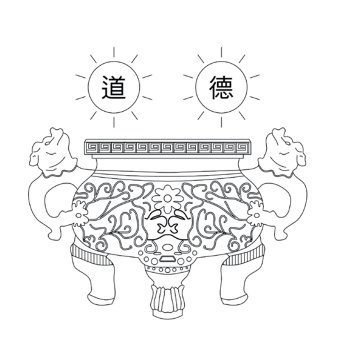
【道常無為。而無不為。王侯若能守。萬物將自化。化而欲作。吾將鎮之以無名之樸。無名之樸亦將不欲。不欲以靜。天下將自正。】

此章老君欲人返回先天之「樸道」，從有為化作無為，是為「道」之原旨。分外、內講。

外講：

【道常無為。而無不為。】

道炁未朴散前，本是清靜無為之道，順應自然。炁朴散分陰陽而生萬物，天下各事各物，各有條有理，皆是「道」之所成。道既育萬物，理氣所具，無所不包，無物不容，悉皆由「無為」化作「有為」，



【道常無為。而無不為。】

先天「道炁」無為，朴散後化作有為（倫常、八德），及一切善美利眾之事。

故曰「道常無為，而無不為」。

【王侯❶若能守❷。萬物將自化。】

侯王如能敬天愛民，推行仁政，真誠不妄，守持善德，國自治，人民自被王之德行感化，上行下效，則國泰民安矣。故曰「王守、自化」。

【化而欲作。吾將鎮之以無名之樸❸。】

倘侯王賢者在治民教化的過程中，人民不明真理，妄心又在萌動，那必須用清靜無為的原樸道理來降伏其妄心。概因老子知道人心太參差不齊，而對化而欲作，妄念重萌的人，更有再教育的必要，故不得已才把這「無名之樸」來教化人民，除其邪妄之心，使其回復道德的標準水平上。

【無名之樸亦將不欲。不欲以靜。天下將自正。】

❶ 王侯：外講而言，王侯指領袖，統率者。

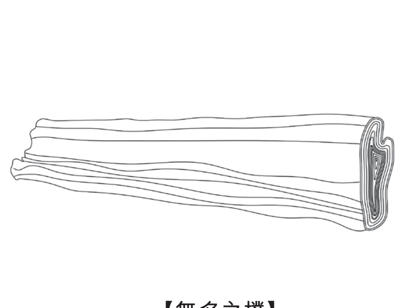
❷ 守：指道炁朴散化生成之德性如五常八德，或一切善美利眾之事。

❸ 無名之樸：指清靜無妄之原樸道理。



【王侯若能守。萬物將自化。】

統治者以「德」化治人民，則社會安平、人民安居。百姓自治、自正，能如此，是為老君治世之最高理想目標。即「無為而治」的大同社會。



【無名之樸】

樸木

老君教人用「無名之樸」來降伏妄心，此法乃有為之一時權宜變法。老君之最高厚望者，乃人能自覺，循規蹈矩，「化而不復作」，少思寡欲，常持清靜心以應世，則紛爭自息。如此則無需再用「無名之樸」來鎮伏欲作之妄念頭，雖有「樸」在亦不知有樸，完全純任自然，這才是老子心目中無為而治的理想大同世界了。故曰「無名之樸亦將不欲，不欲以靜」。

人民感化而不再妄作，這樣天下自然就安定守正了。故曰「天下將自正」。

內講：

關於侯王，鎮以無名之樸，天下將自正，可參諸經：

以內修而言，侯王或王侯，實直指人之「真心」、「人靈」而言，概因心乃人之神故又曰心神，統諸人身五官百骸，行為思想如若人間之皇帝。參：

（一）《呂祖全書》卷十一〈忘情品第二〉內文：

情能逐物。**情**能役神。**王侯能守**。**萬物自化**。**化而欲作**。**鎮無名樸**。爾情不生。一陽來復。爾情一留。陽斷其續。應物忘情。神自開闢。內運化機。天真自逸。

按呂祖師內文，是教人用無名樸鎮守王侯，即「心」，使情欲不生，神自運化。

（二）參《素解》內文：

虛名是道。**不動不生**是「**無名**」。**真心見是**「**王侯**」。**諸經絡是萬物**。**經絡諸氣會合於中是**「**自化**」。真心了了。不動不生。聽其自然。是「**鎮**」之。**入於虛靜之湛寂**，**是**「**無名之樸**」。亦是不欲形。乃天下也。**虛中有物**。**物化而空**。**謂之**「**自正**」。外無其形。內無其心。欲斷意絕，窈窈冥冥。入於慧光之中。充塞乎天地。瀰滿於世界。皆成一片光華。性中得命。命合性空。才教做「**天地將自正**」。大道歸於無名。返於混沌。入於無極。而合太清。

編者按：《素解》寥寥數語，可詮釋「侯王是真心，人身諸經絡氣會是萬物自化，虛靜是無名樸，性命合是天地自正」。

（三）再參《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄續輯〉內文詮釋無為之道及清靜為天下正：

凡學道之士。貴在精專。默運玄機。冥心內照。致虛守靜。和光同塵。以遊於世。抱一以自修。勿雜念。勿貪名利。內忘其心。外忘其形。以心御氣。以氣合神。以神合虛。**復還清淨太虛無為之道**。能明乎此。是為明道。勤修行之。是為行道。**了脫生死度世無為之大道**。**故太上云**「**清淨為天下正**」。

【不欲以靜。天下將自正。】

（一）「心」是侯王，統率人身諸經百絡，行為思想，如皇帝。虛靜是無名樸，性命合是天地自正。

本章旨：

本章教人反樸歸回先天無為大道，這個「樸道」，可同時參讀：十九章【故令有所屬，見素抱樸，少私寡欲】。二十八章【樸散則為器，聖人用之，則為官長】。三十二章【樸雖小，天下莫能臣】。

老君用「樸」來喻無為道，概樸乃未經刀斷之原木，樸實無華。老君願世上之人

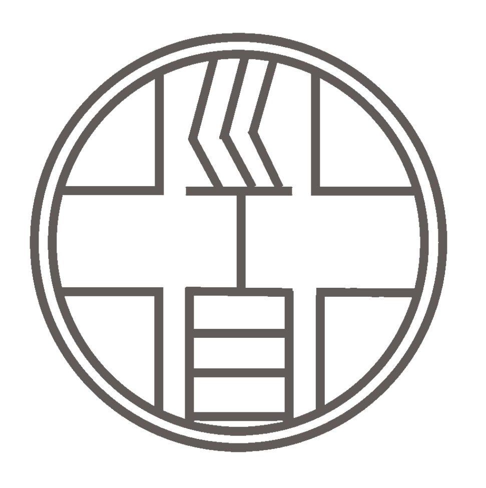
行修樸道：

（一）入世當守倫常八德，少思寡欲，去妄念。

（二）出世修「無為法」，從心性煉起，煉至精氣神三品合一，重返先天無為大道。即佛如來說「色空」。

本章【無名之樸，亦將不欲】一句，老君已將一切有名妄相完全否定淨盡，蓋用無名之樸來鎮伏己之妄心，乃不得已之「有為」名相權宜法，非無為之道主旨。老君本章「反樸之道」，實有總收第一至第三十七章論「道」全旨之意。

《道德經》〈上卷〉終 （第一章至第三十七章）





《道德經》

下篇

〈三十八至八十一章〉

《道德經》三十八章

【上德不德。是以有德。下德不失德。是以無德。上德無為。而無以為。下德為之。而有以為。上仁為之。而無以為。上義為之。而有以為。上禮為之。而莫之應。則攘臂而扔之。故失道而後德。失德而後仁。失仁而後義。失義而後禮。夫禮者。忠信之薄。而亂之首。前識者。道之華。而愚之始。是以大丈夫處其厚。不處其薄。居其實。不居其華。故去彼取此。】

此章是《道德經》下篇的首章。上篇第一章至第三十七章綜言「道、即樸」，下篇多言「德」。此章分外、內講。

外講：

【上德不德。是以有德。下德不失德。是以無德。上德無為。而無以為。下德

為之。而有以為。】

老君把「道」與「德」分成「體」與「用」。「道」乃生成萬物之主體。道尊無名。故第一章曰「道可道。非常道。名可名。非常名」。

「德」乃恩惠、福、利。施德惠於民，德澤羣生。「德」重（貴尚）無為，分上德、下德。

問：什麼是上德？

答：德是由道體而發，渾圓純全。上古聖人、賢者、與「道」冥一，與道同體，行「無為而治」，人民依道而行，純樸真實，不貪不住，行事上只知盡心，更無名相令譽（即刻意建立的名與譽），故物各遂生。統治者德惠於民，民不自覺有其德，這是「無為的德」。故曰「上德不德，是以有德」。概不知己有厚德。

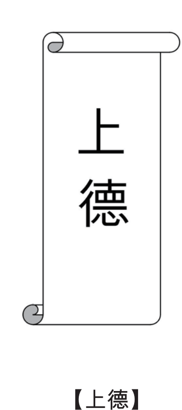
問：什麼是下德？

答：也是德行的一種。但這種是「有為」的德。如有意作為，故意彰示其德，作了美事只恐人不知道，意識中埋伏了「私」字，這種外在形式上的，故意彰示的德，是謂「下德」。

以上兩者之德性作比較，上德是無意無心、不存私欲的真德。後者是有意、偏重名相、聲譽的德，老君謂之曰下德。故曰：「上德無為，下德有以為」。

參《清靜經》曰：上德不德，下德執德。可解作：

上德：不德乃有德。（真善德）　下德：執德便無德。（存回報的善德施）



【上德】

不存私欲的「真德」，不沽名釣譽的「真仁」。



【下德】

有意、重名相聲譽的施惠。

【上仁❶為之。而無以為。上義❷為之。而有以為。上禮❸為之。而莫之應。則攘臂❹而扔❺之。】

老君料知中、下古以後，世道日衰，人心澆漓，上古無為而治之法已不行，故聖人不得已立名相即有為法來維持社會秩序。那麼上仁、上義、上禮之名相便相繼出現了：

（一）上仁：人能行真仁，不沽名釣譽，是謂「上仁」。是無心而為的真仁，故曰「無以為」。

（二）上義：作義的事，要先明辨是非曲直，處事合宜則行，不可違天理，可為則為，不可為則止。孔門對「義」字解作「義者宜也」。行義事，則成有為之事，故曰「上義為之，而有以為」。

（三）上禮：禮之表現，不單純禮貌上之表現，須誠於中再形於外可，故發於「內」（內心）之禮是本，形於「外」之禮是末，內外合一，才是禮

的真誠處。如子女之對父母，意誠而禮正，若店主之對顧客，意偽而禮虛，雖外禮隆重異常亦無足可取，故禮尚意誠無妄，這才是古人制禮的真意。如孔門所說的「克己復禮」，是克己律己復向天理。

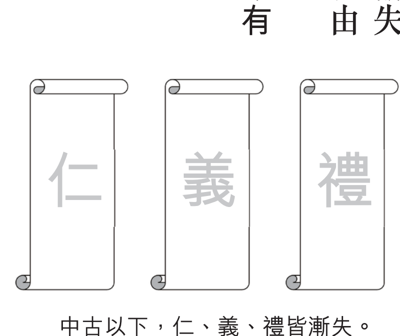
老君固知中古以後，聖人用有為法規，制禮來規範人民行為和表現，世人對「禮法」觀感並非一樣，有響應、有不肯和應。聖人賢人看見不肯和應的人時，便不惜伸出手臂來引人強於禮法。在老子的理想中，就不是純樸自然之無為作風了（概強行，則非發自內裏真心）。故曰「莫之應，則攘臂而扔之」。

【故失道而後德。失德而後仁。失仁而後義。失義而後禮。】

上言世人離道日遠，無為而治之上治，自上古時代之後已漸失去作用，甚至連有為之名相即仁、義、禮也漸漸失去功效，是以由德說到禮，也就是離道日遠之次第。故老君有感而慨嘆曰：

喪失道而後才有德，喪失了德而後才有仁，喪失了仁而後才有

❶ 仁：五行屬木德。慈和惻隱。廣泛的道德觀念。核心指人與人相親，愛人、愛萬物。
❷ 義：五行屬火德。火之正氣。適合、合理、適宜的事。
❸ 禮：五行屬金德。主乎恭肅退讓。人類的行為規範。
❹ 攘臂：捋衣出臂，表示振奮。這裏解作伸出胳臂用力拉拽，比喻強迫人們去遵守禮法。
❺ 扔：粵音仍。解丟掉。扔掉。



中古以下，仁、義、禮皆漸失。

義，喪失了義而後才有禮。以上的社會道德演變，可說是無可避免的。

【夫禮者。忠信之薄。而亂之首。】

問：為什麼老子說禮是忠信之薄，是亂之首？

答：是因老子認定失道以後，逐漸流成的「禮」，是會演變成為外衣的社會，人們只知用偽禮作攻心計、學造作，相習成風，在巧言令色之表情下，其真實之本來面目根本就看不到。是以像這樣的偽禮，實在是變忠信為澆薄之罪犯。同時因禮是個好名相，那麼在這好名之下就可以競用心術，雖使世道紊亂而仍不易察覺其源，試思這不更是一個倡亂的罪首嗎？

關於老子上文言句「禮者。忠信之薄。亂之首」。諸家之註法多不一致，今幸讀《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章第三十〉內文，閱後如醒醐灌頂，方明其義：

太上曰：禮者忠信之薄。而亂之首。此非指禮之本。為薄為亂。蓋忠信為禮之本。若世所謂禮。特儀文之末耳❻。書曰：「享多儀，儀不及物。此所謂忠信之薄也❼。新莽謙恭下士。而致篡漢祚。非亂之首乎❽？太上此語。實為後世之龜鑑。而世儒以為廢棄禮儀。不亦過乎？

問：為何呂祖師訓文直指新莽（即王莽，因篡奪西漢王朝，自稱為皇帝，改國號曰新）為亂之首？

答：因王莽是假仁假義的偽君子，外表上是謙謙守禮，文質彬彬的君子，居之似忠信，講仁義，行之似廉潔，更常以小惠施與人民，其實這正是亂真之首和壞德之

賊，最終西漢之祚，敗在王莽手上，篡奪王位，故呂祖師言：「新莽謙恭下士，而致篡漢祚，非亂之首乎」？蓋指此輩之徒，偽禮行事。而呂祖師更藉此文更正世儒（學者），勿誤判老君教人拋棄禮儀！



〔偽禮、亂之首〕　王莽

更甚者，出現偽禮，著重外表華儀裝飾，重浮文輕質。西漢國祚，終被偽君子「王莽」篡奪。

❻ 特儀之文，指繁文縟節，過份繁瑣的標奇立異儀式或禮節。

❼ 此指花巧的文章而無實質，只作裝飾，是重文輕質，人們彼此相仿效，久之便成偽相了。

❽ 新莽即王莽。公元前四十五至二十三年（距今壹仟玖佰多年前）。漢元帝皇后之侄。父曼早死（王莽之父），叔伯皆封侯，莽獨孤貧，折節讀書，敬事諸父，交結名士，聲譽甚高。平帝立，年九歲，以莽為大司馬。元后以太皇太后臨朝稱制，委政於莽。平帝死後，立孺子嬰為帝，莽自稱攝皇帝。三年即真為帝（王莽稱帝），改國號曰新。紛事改革，又連年征戰。戰爭勞役頻繁，民不聊生，各地農民紛紛起義。莽地皇四年，劉秀（更始帝）率兵攻入長安，殺莽，建立東漢。

【前識⑨者。道之華⑩。而愚之始。是以大丈夫⑪處其厚⑫。不處其薄⑬。居其實⑭。不居其華。故去彼取此。】

前識者，指世人濫用禮儀，捨本逐末，以偽禮的浮誇，去裝模作樣，自以為了不起的爭先取勝，實際這正是自欺欺人的開始走向愚途了。故曰「前識者，道之華，而愚之始」。

有志氣理想的人，就是以渾厚樸實的本來面目來待人接物，不以美名為尚之偽德、偽仁、偽義、偽禮等來處世。除去那不合道的薄與華，而取合於道的厚與實。這才是一個以忠信為主、不尚浮華誇大，以守道為務的大丈夫。故曰「大丈夫處厚不處薄，居實不居華」。

內講：

關於「上德、下德」喻作內修丹語，可參呂祖《黃鶴賦》內文：

上德以道全其形。斯純乾之未破。**下德以術**延其命。乃撅⑮坎之已成。

傅金銓濟一子敬釋：

《道德經》曰。**上德不德**。**下德不失德**。仙訓曰。形以道全。命以術



【居實不居華】

君子以：真德、真仁、真義、真禮來處世。

延。必先有接命之術。乃能得有道以全其形也。純乾未破。是全體未漏之童身。倘遇聖師。不須用築基接命之功。撅坎已成者。必須行百日煉精化炁之功。然後十月三年也。

今按呂祖師所言及其弟子註釋，「上德、下德」喻作修煉丹道不同程序之用。

本章旨：

老君鑑知中古以後，人心歪亂，難復上古淳樸無為自化之「德」，故申言上德、下德兩者之不同。上德出於無為，所以其名不去，下德出於有為，所以其名不常。又本章與第十七章、十八章，有異曲同工之妙，有互相呼應之聲，同是大道泯亡後之世態，故可一同細心參考。

❾ 前識：此指是勝人之機智，如自以為是聰明的人。

❿ 華：浮華，不切實際。

⓫ 大丈夫：指有志氣、有理想的人。

⓬ 厚：薄的相對。重、大、深、忠厚。

⓭ 薄：輕微、微小、不寬厚。

⓮ 實：真實，與虛假相對。

⓯ 撅：粵音厥。掘，拔起。

《道德經》三十九章

【昔之得一者。天得一以清。地得一以寧。神得一以靈。谷得一以盈。萬物得一以生。侯王得一以為天下正。其致之。天無以清將恐裂。地無以寧將恐發。神無以靈將恐歇。谷無以盈將恐竭。萬物無以生將恐滅。侯王無以貴高將恐蹶。故貴以賤為本。高以下為基。是以侯王自謂孤寡不穀。此其以賤為本邪。非乎。故致數譽無輿。不欲琭琭如玉。珞珞如石。】

此章言無極道炁朴散之聖德，由一炁而散萬殊（天地不同各物）、德澤萬物、無分高低貴賤。分外、內講。

外講：

【昔之得一者。天得一以清。地得一以寧。神得一以靈。谷得一以盈。萬物得

一以生。侯王得一以為天下正。】

昔： 指天地萬物的開始。先天無極混元一炁，化生太極陰陽，由「一本」而散萬殊，萬物皆由「一氣」之洪德化造。

天： 天得一、故能垂象，輕清上浮為天。在天成象，日月星辰，風雲雷雨，春夏秋冬，晦朔弦望（初一、十五日）晝夜長短。「清」

地： 地得一、故能安靜，不動搖，氣重濁者下凝為地。「寧」

神： 先天元性、混元，萬物之精所化而成，神得一、故能變化無形。「靈」

谷： 地之成形者，山嶽之凝結，河海川谷之流通，載水以養滋育萬物，德沛羣生。「盈」

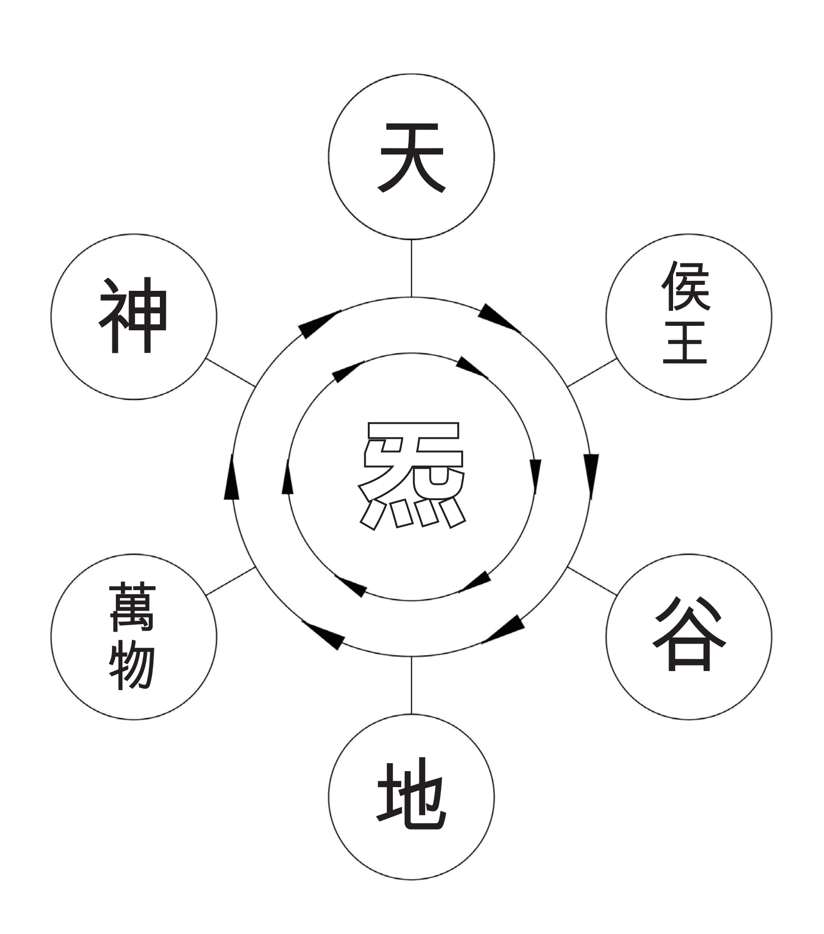
萬物生： 陰陽二氣和合而生萬物。萬物「生」。

侯王正： 天地本一大造化，一炁本清而寧靜，人身如一小天地，統治者（侯王）賢人君子，法天道，道法自然，以德治人，以清靜無妄治國，則天下太平，風氣淳正，百姓安居。天下自「正」矣。

【其致❶之。】

以上六項，指清、寧、靈、盈、生、正。皆由元始一炁之一德化造才能達到。

❶ 致：給予、達到。



〔一本散萬殊〕

〈天：清〉〈地：寧〉〈神：靈〉〈谷：盈〉〈萬物：生〉〈侯王：正〉

【天無以清將恐裂。地無以寧將恐發❷。神無以靈將恐歇❸。谷無以盈將恐竭。萬物無以生將恐滅。侯王無以貴高將恐蹶❹。】

以上六項的清、寧、靈、盈、生、正，皆由「混元一炁」所致（給予）。相反地，若果六項不能保持由「一」而化造的原性、原德，則會出現：

（一）天不能清，則必然會紛亂破裂下墮。

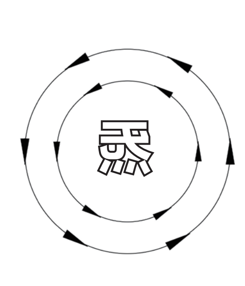
（二）地不能寧，則必然爆發毀滅。

（三）神不能靈，則必然喪失靈妙智慧之功能。

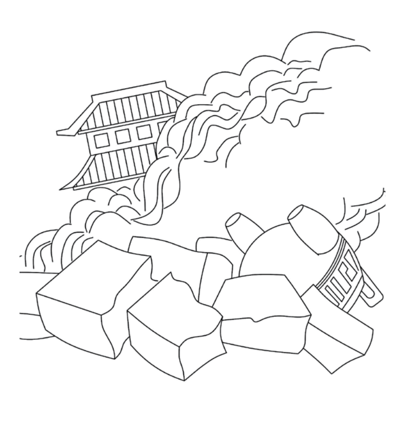
（四）谷不能盈，則必然無存水之地、山澤、河川自行枯竭，萬物缺水枯死。

（五）萬物不能繁衍生長，則必然衰亡絕滅。

（六）侯王不能正以清靜，上下作亂，統治者則不能保持權勢和地位，就要垮台。



〔相反失一〕
〈天不清、則裂墮〉
〈地失寧、恐爆發〉
〈神失靈、恐歇〉
〈谷不盈、枯竭〉
〈萬物不生、恐滅〉
〈侯王失正、垮台蹶〉



〔天墮地毀〕

❷ 發：爆發毀滅。
❸ 歇：停息、盡。
❹ 蹶：（粵音厥）顛仆、竭盡。

【故貴以賤為本。高以下為基。是以侯王自謂孤寡不穀。此其以賤為本邪。非乎。】

孤、寡、不穀：三者皆指賤者之稱。

天地萬物生成之道，皆由無極一本元炁之德而散萬殊。天居上而能容萬物，地處於下而能養於物，此乃「一」之德（一本化萬殊）。統治者、侯王，倘能配合天地「一」之妙德，不自尊，不自貴者，常自稱孤寡，不穀（即孤陋、寡德）、以賤為本，以下為基，那麼天下之人、無不服，天下之物、無不歸，民安國泰，能如是，可達「一」之妙也。



元炁以「一」之德，不分貴賤生萬物、養萬物、容萬物（一本化萬殊）。為統治者或侯王，法「一」之德，以賤為本、以下為基，則國泰民安，達「一」之正妙。

【故致數譽無輿❺。不欲琭琭❻如玉。珞珞如石❼。】

老君用零件組合造車的道理，來說明貴賤相忘，混而為一的道理。車未造成時，各種零件亂七八糟，各自分立，自以為是。車輛造成後，各種零件則同合於一車之中，共同起着運載的功能，其零件的長短、大小、高低、輕重、貴賤等差別全部消失於此車中。故曰「故致數譽無輿」。

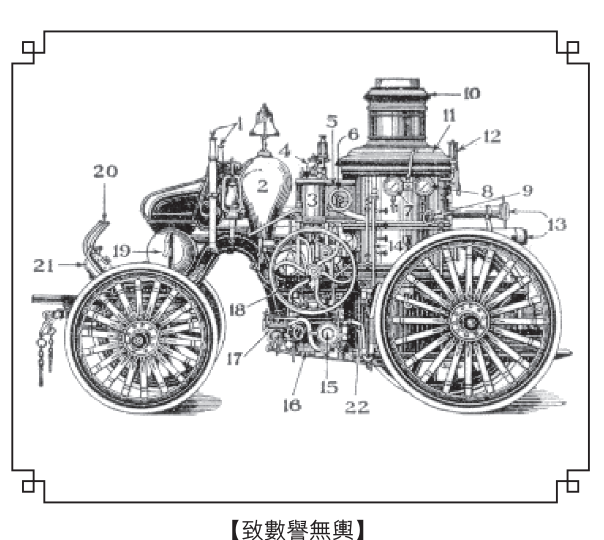
德之「一」妙，本無高下貴賤之分，故侯王或當權者當體「一德」之本，不可執貴高之名，不可視己如玉琭琭之貴，視他人為珞珞如石般下賤。苟忘貴賤高低之分，則人人皆為我用矣。

關於「一」之詮釋，可參以下經文：

❺ 輿：泛指車。古代奴隸中的一個等級，泛指地位低微的人。

❻ 琭琭：珍貴貌。寶玉樣貌琭琭，為人所貴。

❼ 珞珞如石：（珞：粵音洛）石形落落，為人所賤。



【致數譽無輿】

車子由大小輕重各種不同零件裝嵌而成為一輛完整的車，共同起著運載功能，無分高低、輕重、貴賤差別。喻「一之妙用」，即一視同仁之義。

《呂祖全書》卷十八〈法體一如章第二十八〉內文：

一者何。**誠也**。二儀❽於此分。三才❾於此定。萬物於此生育。故天地之道。為物不二。是以生物不測。**天地此一**。**人物此一**。**聖賢佛仙同此一**。**上帝亦此一也**。**此真一不二法門**。**最為靈寶**。**最為清淨**❿。

《呂祖全書》卷二十四〈一行子玉樞或問附〉內文：

道在天地。天地不知何也。曰未有天地。先有此道。既有天地。而成象成形。無非真一之炁。主宰其中。惟其「**至一**」。所以不知。**儒云精一**。**道云抱一**。**釋云歸一**。學道之士。要知一歸何處。一且假名。二於何有。

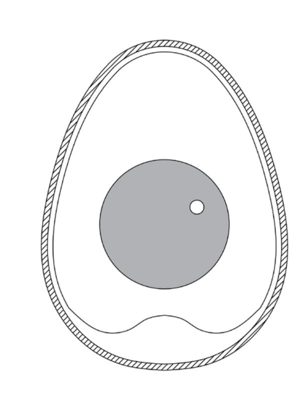
《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄續輯〉內文：

人生之初。惟止**一性**。並無他物。夫此性者。先天一炁是也。天得之以致清。地得之以致寧。人得天地清寧之炁以成形⓫。於是遂有陰陽清濁之分。然此天地之炁。始於太極。所謂**太極**。即是先天一炁。因天地由此而生。故曰先天。此炁在人則謂之性。人**未**生時。此一點**真性**。投於母腹。得父精母血而成形⓬。然此精血。亦禀天地清寧之炁而生。因此時既有精血。遂有形相。從清虛元陽無相中。落於有相。而先天之炁。於是雜而無形。故太上云：**降本流末而生萬物**⓭。此之謂也。

再參呂祖〈河洛天人一貫講解〉內文：

呂祖曰：吾先示**天一**、人人皆知、不知「**一**」之為物何物也？

吾為爾等細示之：**夫混沌未分之前**，**此**「**一**」**藏於無極之中**，無聲臭之可言，無色象之可驗，即如雞卵中之**一氣**耳（無對代）。誰得而知其形？所以雞卵中之青黃可見，**雞卵中之一氣不可見也**。你道此「**一**」是何？即是《易》所謂**太極**也。**此**「**一**」**原無可名**，古聖而**強名之曰**「**太極**」，太極本無名，有名乃太極。「太者」至尊無上，「極者」至極莫尚。你道既無名可指，又無象可言，果是何物？**即吾一點真性之原**，在**天**謂**命**，在**人**謂**性**，**遵行**謂**道**，**修道**謂**教**⓮。**道**家謂：**得其一**、**萬事畢**。**儒**家謂：**一以貫之**。**釋家**謂：**一無所着**，**了性無生**⓯，俱言此也。



❽ 二儀、即陰陽。

❾ 三才、即天地人。

❿ 即本章老君文句「侯王得一以為天下正」。

⓫ 即本章內文「萬物得一以生」。

⓬ 先後天性命，詳參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第二章〈先後天和性命〉。

⓭ 即先天無極一炁之「德」、朴散由「一」而散「萬殊」。

⓮《中庸》曰：天命之謂性，率性之謂道，修道之謂教。道也者，不可須臾離也。儒家也認為人的原始生命靈質來自於天，在人為性，修之為道。道與性是相通的。這也是丹道之理。

⓯ 無生：佛家語，謂本來無實體出生，無生則無滅，即是涅槃，故說諸法本來無生。實指本源寂靜。

吾先講河圖之合天道者，**天一物耳，而此一炁**，藏在天中，無聲無臭，無春無夏（春夏秋冬俱是此中化出）、無秋無冬，只是**一炁**運於空冥之際，藏於元始之先，視之不見（道之體），聽之不聞。指其象，無象可指，察其形，無形可名。形體曰天，主宰曰帝，性情曰乾，功用曰鬼神（不過名不同耳，理不一耳，而實體何曾有**二**？）其實一物而已。**此一物，天不得不能以清，地不得不能以寧，人不得不能以靈**⑯，**得此謂之得道，失此謂之失道**。

興南子曰：宇宙生成論，**形而上者謂之道，此種無形之「一炁」，就是金丹之根，性命之質**。

參《醫道還元》卷七〈性命洞源詳解〉內文：

呂真人曰：「**道」由一生二，則為散殊，由二歸一，則為反本**。《太上經》云：「**天得一以清，地得一以寧，人得一以聖」，即性命合一後，抱元守一之至道**。

參太上《明鏡匣經》內文：

世人不識一。一炁生萬物。若人知一趣。得一萬事畢。

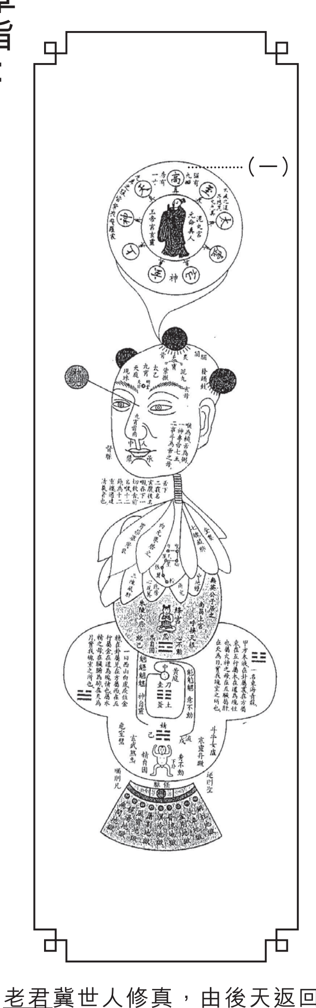
編者按：上述諸經皆言「一」為先天一炁，曰性、曰混元。

內講：

本章玉石珞珞句語，參《黃庭外景經》第十四章內文：

出日入月是吾道。天七地二同相守。升降進退一合九。**玉石珞珞是吾寶。**

涵虛子註：玉石珞珞者。比金液顆顆。如卵如丸。下於喉嚨。而為吾身至寶也。金液還丹。人人自有。得之者可不守之乎。守之之功。所以深根固蒂也。



老君冀世人修真，由後天返回先天一炁，即性命合一。倘煉至三品「精氣神」合一，則曰「抱元守一」。

（一）先天**一炁**。

本章旨：

老君言先天混元一炁之德，由「一」本化萬殊，沛澤萬物（動植各物），無分高低貴賤。又教人由後天萬殊，返回先天「天清」「地寧」「神靈」之本「一」，即性命合一，明心見性之無極混元。

⑯ 本章文句：昔之得一者，天得一以清，地得一以寧，神得一以靈。此神，在丹功中，可指人的先天元神得到先天一氣的滋養而生靈妙功能，也是丹功証量之一。

《道德經》四十章

【反者道之動。弱者道之用。天下萬物生於有。有生於無。】

此章教人以逆修之道，反本歸根。「反」即歸還先天至道之證驗。純內講。

內講：

【反❶者道❷之動。弱❸者道之用。】

《易經》復卦中說「反復其道」，指事物在逆反中才有無限的生發動力。此句老君用作修丹道的論證。概人生於天地，禀五行之氣，順陰陽而生滅，是謂凡夫。倘逆陰陽、弄五行、養性葆命、修至三品（精氣神）合一，即由後天返回先天無為大道，則天地之造化，由我而不由天地，能達斯境，可為聖、為仙、為真矣。此即順生人，逆則仙之理，能逆修者，謂之曰「反者道之動」，動者、發動力。

柔弱謙下可以制伏剛強，是自然的證驗，老君用「弱」喻人身之真氣。修內丹時，自發其丹田爐火，真氣通越上中下三田（參修真圖六、七、八號穴），貫通脈

絡竅穴，溫養聖胎於中田、黃庭。修煉過程，全憑真氣，以弱喻作兵氣用。修真者，倘不逆修即本章重點「反」、不反則氣不逆身運轉上行復降，透越人身，上中下三丹田，周天往復循環，焉能結丹？道體或曰「道炁」，至虛，柔弱無用，但卻為天下大用之本。世人只知有用之本，不知無用之用為大用也。故曰「弱者道之用」。其用無窮。

【反者道之動】

「順則凡，逆則仙」。
凡夫：順天地陰陽而生滅。
奉真道者：外立善功。
內煉丹功。「逆」陰陽、弄五行而離天地造化。為仙、為真、更可成聖。

（一）【弱者道之用】
弱者、人之真氣，丹田凝氣，通越上、中、下三丹田，貫通脈絡竅穴。

❶ 反：和正相對。
❷ 道：此指先天無極至道，本性或曰混元。
❸ 弱：強的反面。柔弱，此言內身之真氣。

關於「反」之詮釋，參考以下經文：

《呂祖全書》卷九〈五行端孝品第二〉內文：

若致柔以怡❹。迴骸反視❺。則道斯存矣。太上曰。「反者道之動。弱者道之用」。皆存神馭氣之階也。養氣之道。要在綿綿。譬如流水之曲暢。恍若飛雲之凌空。猶似圓珠之滾盤。悉如嬰兒之無我。

《醫道還元》卷七〈性命洞源詳解〉內文：

呂祖曰：何謂六氣安平？六氣者，耳目口鼻手足之靈是也。安平即不滯其妙用之義，蓋人之耳目口鼻手足，其靈機是「氣」，然此「靈」皆先天之元神所分布著見，故謂之「性光發」。假如目之視是氣，其視之明處，乃性體之皎潔發出，以此明「反」而內照，歸於本位，則皎潔內含，並不自知其明，是目之氣「反」歸性真也。耳之聽為氣，而聽之聰處，乃性體之慧生來，以此聰「反」入內，則內存大慧並忘其為聰，是耳之氣還其性體也。口之言為氣，而言之達處，乃本性之敏捷所流露，以此真意之達，「反」而貫徹乎內景，則明敏含蓄，是口之氣歸本性也。鼻之呼吸為氣，若呼吸能達外物之臭，乃性真之警覺所見端，能以此警覺「反」而應內氣之通塞，則鼻之氣，自復歸性祖也。手足之持行為氣，而恭重處，乃性之靜鎮所昭彰，「反」此恭重向入內，則神謐❻靜，是手足之氣還性源也。合六氣而各有「反」先天本性之道，即《太上經》中所云：「反者道之動」也。

❹ 怡：解和悅。
❺ 迴：同回字。骸、形體的總稱。反視、指內觀，靜坐修煉法。
❻ 謐：粵音密、安靜。

(二)
(四)
(一)
(三)
(五)
(六)

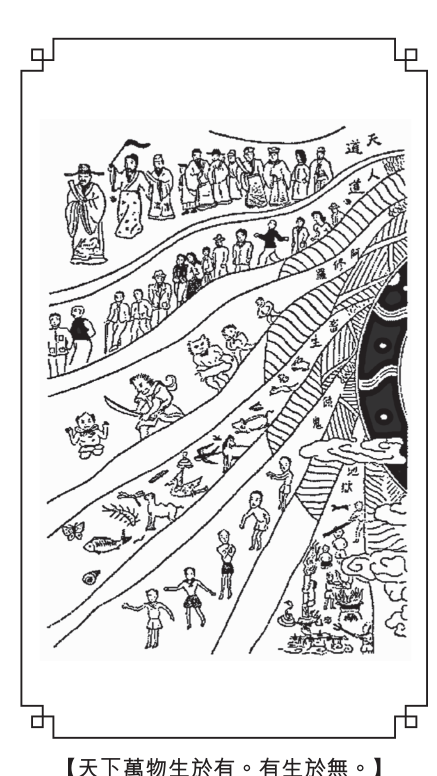
【反者道之動，弱者道之用】

呂祖以「耳目口鼻手足」六氣教人「反」先天本性：以上六氣安平，氣不滯，則「性光發」反內照而歸先天本位。

（一）耳之聽為氣，乃性體聰而慧生、反內照而還其性體。
（二）目之視為氣，乃性體明之皎潔，反內照而歸先天性真。
（三）口之言為氣，乃本性之敏捷而真意達、反內照而氣歸本性。
（四）鼻之呼吸為氣，乃性真之警覺，反而應內氣之通塞，復歸性祖。
（五）（六）手足之持行為氣，乃性之靜鎮，反向入內，則神靜而還性源。

【天下萬物❼生於有。有生於無。】

「有」是指天地陰陽化生有形相的事物。「無」是指無形無象的混元無極、即「道」。萬物生靈由天地陰陽所化而生，天地陰陽之氣來自先天混元一炁的無形大「道」。人生於宇宙之中，數十寒暑，雖曰春秋幾度，物換星移，其實百年亦如朝夕耳。造物化物，化了又造，此消長循環之理。詳參本書刋導讀八〈呂祖外修篇〉第一章〈陰陽造化〉。此陰陽造化，消長循環之理，即老君曰「天下萬物。生於有。有生於無」。



【天下萬物生於有。有生於無。】

世人只知有形有色之身、外物。不明老君「反之道」，生生死死，輪迴六道而不自覺！

本章旨：

「道」的本體為虛無、柔弱、自然。老君教人「反」修逆陰陽，回復先天無極大道。世人只知動而不知靜，只知有（即形色可見者）而不知無，也不知一切可見者仍以「無」為始末（人生的開始及結束），所以人生就這樣在妄動與執有中送掉了。生而後滅，滅而後生，造了又化，化了又造，永沉淪於六道循環而不知「反者道之動」的真理，老君深以為痛惜！惟內修者則不然，一切皆「逆行其道」，逆之者，逆機何處？首在丹田「黃庭穴」（修真圖七号穴），為氣機之樞紐。本章可說是言雖簡而意博，文不煩而理奧，所該者廣矣，學道之士，慎勿輕忽。

❼ 萬物：指一切由陰陽二氣化生之生靈，萬事各物。

《道德經》四十一章

【上士聞道。勤而行之。中士聞道。若存若亡。下士聞道。大笑之。不笑。不足以為道。故建言有之。明道若昧。進道若退。夷道若纇。上德若谷。大白若辱。廣德若不足。建德若偷。質真若渝。大方無隅。大器晚成。大音希聲。大象無形。道隱無名。夫惟道。善貸且成。】

此章申言至道難明，惟有根器者，必能領悟其奧妙，躬身以行。純外講。

外講：

「道」之義理雖稱高妙，但行之於事卻極平庸，只要人能反樸歸真，以直心用事，不弄機曲，這是人人可致的。無奈世人在先天性上有機根之利鈍，和後天性上有習染之深淺，所以在理解信受上就有了差別。老子將這差別相在本章上分成三類：

【上士聞道。勤而行之。】

（一）上根之人，志與道合，一有所聞，便身體力行之。

【中士聞道。若存若亡。】

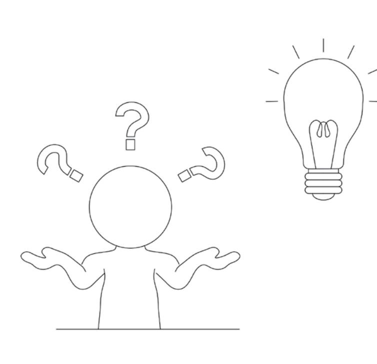
（二）中人之資，則且信且疑，若行若止，顧慮重重。

【下士聞道。大笑之。】

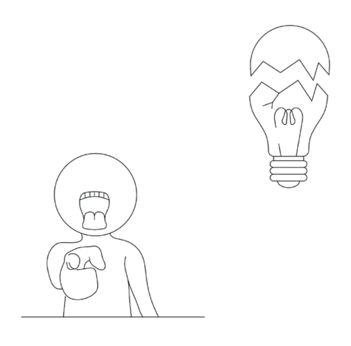
（三）下根之士，即有所聞，其天性全被七情六欲所蒙蔽，三毒（貪嗔癡）、四關（酒色財氣）所困，故聞道以後，哈哈大笑，以為人家在說瘋話了。

編者按：真師難遇，至道難聞。非有根器之士，不易明解老子〈道德五千真言〉。

上士：聞道，身體力行。



中士：聞道，猶豫不決。



下士：聞道，哈哈大笑。

【不笑。不足以為道。】

道（指道與德）本至尊至貴，非愚所測，此輩不笑，不足以為道！

【故建言❶有之。明道若昧❷。進道若退。夷❸道若類。上德若谷。大白❹若辱。廣德若不足。建德若偷。質真若渝❺。大方無隅❻。大器晚成。大音希聲。大象無形。道隱無名。】

承上言，為證明上士與下士之所見所行不同，乃引出古人（建言者）之十三句立言來說：

（一）明道若昧：（正）明道的人，行藏內斂，狀若庸愚，不尚機智。
（反）世人多自作聰明，機智外露。

（二）進道若退：（正）明道而能進修的人，默然自修，去浮務實，好像退步落伍的樣子。
（反）世人盲目追上潮流，炫露浮華。

（三）夷道若類：（正）履道而行的人，不標奇立異，身不行異人之事，與世人交際進退，契若同類。
（反）世人是富而驕，窮而諂，言隨地位而殊，身隨階級而異。

（四）上德若谷：（正）上德之人道大德廣，容人容物，利人利物，功成不自居。
（反）世人心胸狹窄，性情偏激，有己無人，自高自大。

（五）大白若辱：（正）行道之人，光明坦誠，意誠方正，言端行方，很像受

辱的樣子。

（反）世人不知忍辱才能負重的道理，所以人我之間，針鋒相對，斤斤計較。

（六）廣德若不足：

（正）德廣之人，德愈大愈覺不足，功愈高愈覺未盡。

（反）世人自滿自驕，稍有成就，即沾沾自喜。

（七）建德若偷：

（正）建德的人，潛行密用，凡有所施於人者，不願人之稱讚榮寵，就像偷偷摸摸的樣子。

（反）世人重視寵辱名聲，鋪張行事，惟恐人不知。

（八）質真若渝：

（正）真誠不妄的人，內心樸實敦厚，外貌如素體，可隨方就圓。

（反）世人以小稱大，以虛為實，執形著相。

❶ 建言：古之立言者之辭句文章。

❷ 昧：昏暗。愚昧。隱藏。

❸ 夷：平坦、平易。

❹ 大白：徹底明白。

❺ 渝：粵音俞。變更。

❻ 隅：粵音愚。角落。方角。

（九）大方無隅：（正）端方正直的人，大中至正，無稜無角，不傷害他人。

（反）世人曲角叢生，自樹隔膜，所見如豆，自困一隅。

（十）大器晚成：（正）成大器的人，無不經長期磨鍊，艱苦奮鬥，行遠自邇，故不期望早成速達，藏器於身，待時而動。

（反）世人多急功近利，妄想一步登天。

（十一）大音希聲：（正）善人懷菩薩心欲啟世人共知共覺，並不是徒靠言語說教，必須以身作則，用潛移默化的心聲來感化世人。

（反）世之說教者，目的可說是各個不一，而真正能以無為精神度世的人，這是絕無僅有的。且又多是沽名釣譽，只知言而不行，故其收效差異不同。

（十二）大象無形：（正）此言道的妙象，不能靠官能探之，更不能以形態擬之，這無狀之狀和無象之象，全賴個人之悟性才能見其大。

（反）世之逐形求相，爭以標奇立異來制勝，結果仍不免妄來幻去。世上之養性修真者，亦多執形著象，在表現上求奇異，此皆小乘圈子裏的有為法，成就不大。

（十三）道隱無名：（正）大道非但無形，而且無名，隱於天地而不露，隱於世人而不知。

（反）世人所崇尚者、名也。然「道」隱於無名，又豈常情所易知耶？

「道隱無名」，是總攝前十二句之意。

【夫惟道。善貸且成。】

這是一節結束語，老子把全章大義又歸納到「道」的結穴上來。他肯定的說，只有這個無為無形無名的「道」，才是在宇宙間施貸萬物之全能者，並且更施貸得盡善盡美，依其分類皆能達到成功的結果，這是毫無瑕疵的。故曰「夫惟道，善貸❼且成」。

❼ 貸：借出



【夫惟道。善貸且成。】

生、育、善養天地萬物，以五常八德來善導人倫，一切含靈皆蒙「道」恩，故老君曰「夫惟道。善貸且成。」

關於本章句【大音希聲、大象無形】之進一步詮釋，參《醫道還元》卷四〈天地心詳解〉內文：

呂祖曰：聲臭皆無，旋來妙機一點。此一節就**氣化**之莫測而言，何謂聲臭皆無？有音可聽謂之聲，有氣可聞謂之臭，**天地之化育**，**見於「物」則有「聲臭」**，然不過物之聲臭耳。**言其化育之流行**，**未嘗有聲**，**而四時之號令自行**，**未曾作氣**，**而萬物自翕**❽**然變化**。故道君云：「**大道無為**」。觀此便可恍然大悟。又云：「**大音希聲**，**大象無形**」，亦即此理也。於其無聲無臭，自可想見天地之心，亦即可見天地以**無為成其變化**，此其中有「**機**」焉。**機者**，**真常之活潑機動自動**。

又曰：秘密者，即天地之秘機。蓋天地秘機，無聲無臭，本來莫罄形容，**中人以下**❾**未可與語**，**語之易啟迂笑**，**必上知之士**❿，**語之乃覺易曉**。

本章旨：

呂祖師云：《陰符經》曰「宇宙在乎手。萬化生乎身」。夫學而不遇。必遇至人。遇而不勤。終為下鬼。老子曰。「上士聞道。勤而行。」仙道惟人可以修。老君文句云「下士聞道大笑。不笑不足以為道。」然性命之道。大而包管天地。小而一物之微。皆莫能外。為賢為聖由此。離乎此便流為下愚。人苟不甘為下愚離道。自當求乎性命之學。

編者按：願世上之人，聞道而求學，是老君所願見也。

【又】

道書云：「人身難得今已得，至道難聞今已聞，此生不向今身度，更待何時度此身」。富貴榮華，終非久計，下手速修，猶恐太遲也！

❽ 翕：粵音泣。收縮、歛息。順合之意。

❾ 中人以下：即本章文句中士、下士。

❿ 上知之士：即本章文句上士。

《道德經》四十二章

【道生一。一生二。二生三。三生萬物。萬物負陰而抱陽。沖氣以為和。人之所惡。惟孤、寡、不穀。而王公以為稱。故物或損之而益。或益之而損。人之所教。我亦教之。強梁者不得其死。吾將以為教父。】

此章言「道」生成萬物之過程，陰陽二氣經歷三次互索後，天地產生「沖和之氣」。純外講。

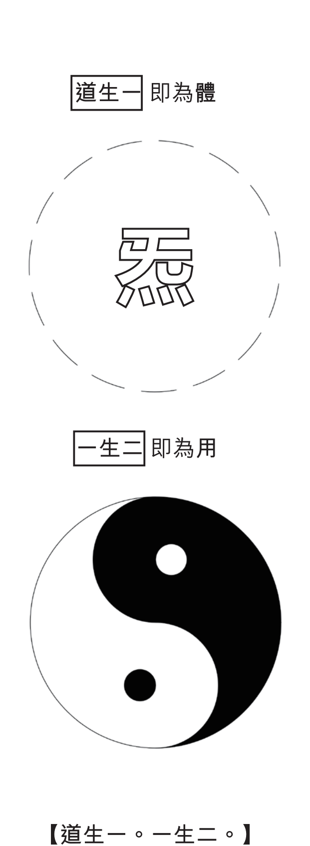
外講：

【道生一。一生二。二生三。三生萬物。】

元始道炁，朴散後判太極而兩儀分陰陽二氣。兩儀元氣生四象，四象即太陽、太陰、少陽、少陰。太陽之精化生成「日」，太陰之精化生成「月」。陰陽二氣生成「天」乾「地」坤。天地互相三次交索生成六氣即震（雷）、坎（水）、艮（山）、

巽（風）、离（火）、兑（澤）。六氣相生成五行即金木水火土。五行生成萬物。以上六氣合天（乾）地（坤）演成八卦。

萬物生成過程，詳參本書刊導讀一〈創世紀/宇宙生成論〉。



【道生一。一生二。】

【萬物負陰而抱陽。】

承上言，天（乾、陽）三索於地（坤、陰）後，天（陽）乃負陰（即背負、馱）而還天位。陽本無陰存，經歷三次索地後，背負地（陰）之「真陰」而返回天。同樣，地（坤、陰）三索於天（乾、陽）後，地（陰）抱陽而回地位。陰本無藏陽，歷三次索天後，抱天（陽）之「真陽」而回地。自此而後，天地負陰而抱陽，而人生於天地陰陽之間，又何獨不然？故人身外屬陽，內屬陰。身背為陽，前腹為陰。

萬物負陰而抱陽，參《呂祖全書》卷三十三〈匹配陰陽第一〉內文：

天以「**乾**」**索**「**坤**」而還於天上。其**陽負陰**而**上升**。**地以**「**坤**」**索**「**乾**」而還於地。其**陰抱陽**而**下降**。

編者按：迨後「真陽」、「真陰」下降復升，每歲三百六十日互調燮交合一次，四季循環，一升一降運於道。所以天地長久。（參導讀六〈論天地升降／日月往來〉。）

【沖氣以為和。】

承前言，天地歷三次互索後，陽負地真陰回天，陰抱天真陽而歸地，從此天地之間，充塞著沖和之氣。這股沖和之氣：

天得之則四時（四季）行，日月晝夜往來無間，雲霞雨露，風雷電雹。

地得之陰陽和而草木興（稻穀豐收）。

人得之陽健陰順而生於天地。

關於沖和之氣，造化陰陽，詳參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第一章〈陰陽造化〉。

關於「和」之詮釋，參《呂祖全書》卷二十〈湖濱宵話〉內文：

夫天地之所以昌萬物者。「**一和**」**而已矣**。帝王之所以化萬邦者。**一**和而已矣。惟**心和則氣和**。**氣和則形和**。**形和則天地萬物之和應之**。和其心者。存心養氣。不失天命之初。則性和矣。

〈湖濱再說〉內文：

病生於不和❶。故善攝生者。葆和以為寶。順天理。依自然。不以人拂天❷。天之道。非健而行。以行故稱健。地惟不爭而有順。名順其健也。和可知也。老氏曰「**沖氣為和**。**非和誰沖也**」。**蓋性和則心和**。**心和則氣和**。

氣和則法象河山皆吾和。

參《醫道還元》卷四〈天地心詳解〉內文：

沖和之氣。即《中庸》之「**致中和**」❸。

【人之所惡❹。惟孤、寡、不穀。而王公以為稱。】

常人最厭惡的「孤」、「寡」、「不穀、即不善」，而位為尊貴的帝王卻自稱為孤家、寡人、不善。這是順應天道「沖氣以為和」，虛心謙下的美德。

【故物或損之而益。或益之而損。】

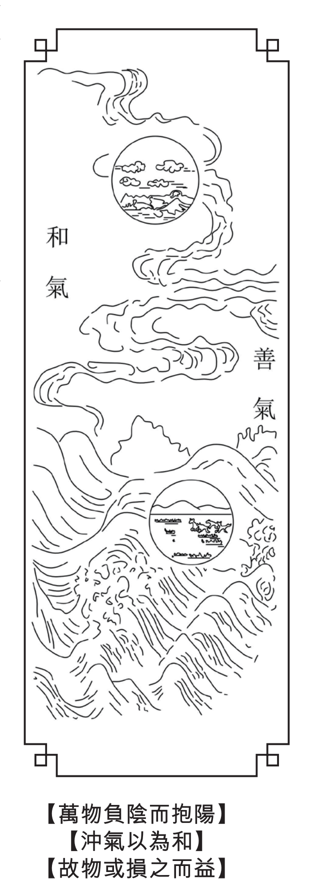
依據上言，沖和之氣充塞於陰陽天地之間，與陰陽二氣調燮升降，主導天地日月四時暢運，不偏不倚。「道」之沖和之氣在萬物之中主宰陰陽，削其有餘，補其不足，過則抑之，不及者扶之。即「損而益。益而損。」因萬物負陰而抱陽與沖氣之調和，如此萬物才能春生夏長，秋收冬藏，生生不息，消長循環於天地。

❶ 不和：人之體亦如是，外屬陽，內屬陰，人之有疾病，其本體之陰陽，必因不攝不調而有以致之。

❷ 拂天：違背、逆天道。

❸ 致中和：喜怒哀樂之未發，謂之中，發而皆中節謂之和。中者也、天下之大本，和也者、天下之達道也。致中和，天地位焉，萬物育焉。

❹ 惡：與好相對。討厭。



【萬物負陰而抱陽】
【沖氣以為和】
【故物或損之而益】
【或益之而損】

- 天地經歷三次互討索後，**萬物負陰而抱陽。沖和之氣充塞天地**，由陰陽二氣調和氤氳而合成祥氣，生育萬物。
- 人當法天地「沖和之氣」，窮則獨善其身，達則兼善天下，方不負天地沖氣所賦。若人私欲貪婪，互相殘殺，則「沖氣」變或劫孽之氣（戾氣）。

【人之所教。我亦教之。】

古人以此「和」的道理教化人們，我也以此而教之。

【強梁者❺不得其死。吾將以為教父❻。】

參《醫道還元》卷四〈天地心詳解〉內文：

呂真人曰：**世人不知反求一心之真常**，終日勞碌於外物，以為治生之計。未寒思衣，未飢思食，得衣得食，又思美衣美食，既得美衣美食，又慮大數不遠。以此治生，**非求生之道**，**乃取死之道**也。所以然者，**真常**皆被欲耗散，久久陰陽乖戾，或郁結而不舒，亦安得不死？太上云「**強梁者**，**不得其死**」，**蓋指人心中思慮之強**，**日夕百計**，**圖謀不已**，**亦即此義**。

編者按：故老君曰：我將以此世人之通病作為鑒鏡，作為教育別人的根本。即「吾將以為教父」。



【強梁者不得其死。吾將以為教父。】

世人日夕思慮，百計圖謀，未有片刻清靜，不識反本求「真常」，迨至陰盛陽衰，年老身衰，最後贏得「一坏黃土」。老君教世人反省此通病，作為教育別人的根本，故曰「吾將以為教父」。

本章旨：

老君言天地萬物之化育，本沖和之氣而造化，萬物皆負陰而抱陽，舉凡胎生、卵生、濕生、化生，其孳息孕育，互相以陰陽二氣沖和感召，始能成其變化。本章「沖和」之妙用，可與上篇第四章「沖氣」同參。而本章「物或損之而益。或益之而損。」可與第七十七章同參。

❺ 強梁者：指人心中思慮之強。妄想，貪婪。

❻ 教父：母生之，父教之。

《道德經》四十三章

【天下之至柔。馳騁天下之至堅。無有入於無間。吾是以知無為之有益。不言之教。無為之益。天下希及之。】

此章言道炁（真靈），至柔至虛，但卻能統御萬物，出入無有之間，純外講。

外講：

【天下之至柔。馳騁❶天下之至堅。無有入於無間。】

承第四十二章，道炁朴散後，由一而生成天地萬物，三才（天地人）定位，日月星辰列序。道炁至虛至靈，其性「柔」而不剛，但卻能統御三才，通天達地，諸如：

（一）陰陽調和之柔氣或曰「沖氣」（源自道炁），體自然而升降有序，四時運轉，周而復始，使天地日月並舉，晝夜運行無間。

（二）仙佛聖真，其性靈或曰真靈，至虛至柔至大，其靈光可照萬物，可祛邪魔，可蔭一切眾生，可知未來，可鑒過去。參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉

第三章〈煉氣煉精培養元神之道〉內文云「神能入石，亦能飛形，入水而不溺，入火而不焚，此謂之神，此之謂仙聖」。

（三）人能修至道，清心靜意，絕欲安神，靜坐時自發其爐火於中田、黃庭、真氣「氣質本柔」貫通諸竅絡百脈，冲越三田（即上中下丹田，參修真圖六、七、八號穴），三品（精氣神，參修真圖一、二、三號穴）結合，重返先天無為大道。

❶ 馳騁：解作奔走。



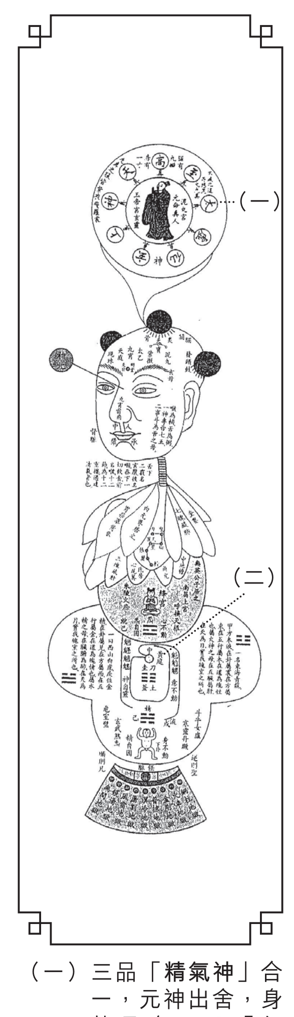
【天下之至柔。馳騁天下之至堅。】

道炁至柔至大，陰陽二氣互升降列四季之序，日（魂）月（魄）往來，周而復始，故日「**馳騁天下之至堅**」。即至柔之氣，可舉天托地。



仙佛「**真靈**」，**至虛至柔至大**，其靈光可照萬物，可知未來，可袪邪魔。神能入石、飛形，入水不溺，入火不焚。神無象無體。**無象者、氣也，氣者、柔也**。

故老君曰「天下之至柔」，「柔」指道炁，陰陽二氣、或「真靈」，能「馳騁天下之至堅」，堅硬牢固莫如天地有形之質。自身內丹之「真氣」，可貫越四肢、九竅、百骸，故曰「無有入於無間」。



（一）三品「**精氣神**」合一，元神出舍，身外見身。乃「氣結」而成。名曰「**真靈**」。

（二）**黃庭**：「**真氣**」自黃庭生。煉丹、結丹、還丹、養神在黃庭。「**真氣本質至柔**」。

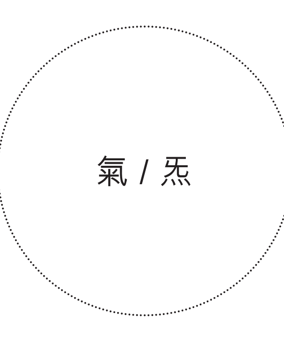
【吾是以知無為之有益。】

此句承上言而來，至柔之道炁既無形而生成萬物，生萬物無矯柔造作心，而且無所不入，無所不包，更可煉氣成真、成神，返回先天大道。所以老君乃說我因此才知道這無為之大道（即道炁，梵炁，煉丹真氣），其對人生確實是大有益處的了。

【不言之教。無為之益。天下希及之。】

這股天下至柔的道炁，天地萬物終生用之而不窮，並不是求諸外來，而是天賦與人類及萬物的恩物，惜天下人是多數不知的。因為世人都側重於言語之教和有為的心

術上，所以老君只有感嘆天下人是很少懂得其中道理的了。故曰「天下希及之」，天下希有人認識此「至柔之道炁」者！



【無為之益。天下希及之。】

老君以至柔的道炁來喻「無為大道」，惟世人不知，故嘆曰「無為之有益。天下希及之。」

本章旨：

老君申言道炁至大至柔，德澤萬物，世人莫能知曉，能知「道」的奧妙，可從後天有為之世，內外雙修，重回先天無為至虛至柔至和的大道。不知世上幾人能從老君之聖願？

《道德經》四十四章

【名與身孰親。身與貨孰多。得與亡孰病。是故甚愛必大費。多藏必厚亡。知足不辱。知止不殆。可以長久。】

此章言身外之物，皆非長久可恃者。純外講。

外講：

【名❶與身孰❷親。】

這句是老子提出之問語，叫人自己來答覆自己。老子問德名與身軀二者，你以為那一個應當親近呢？世人多以色身（身軀）為重，求滿足所欲。明道者卻以立德行仁為己任。

【身與貨❸孰多❹。】

老子第二句問：人之身軀若和財物作一比較，你以為那一個應當看重呢？我們若以為非名利不能顯榮耀，非財貨不能顯富足時，那麼一生就只有為這些身外物而鑽營。若

看透身外物生未帶來，死不帶去，便明白百般經營之結果，最終是過眼煙雲。道經云「金銀珠寶滿山積，死後何曾在手中」！可是這得來非易的身軀，在世只不過短短數十年，故當善為利用此身軀來立功建德於世，能如此就是視「身」重於財貨了。

【得與亡❺孰病。】

老子再問：有人貪得無厭（指得），有人視貨財如浮雲，知足知止（指亡），那麼這二者那一個是人生的病態呢？

以上三個問題，老子並未作出正面解答，是欲世人自己來分辨。

【是故甚愛必大費❻。多藏必厚亡。】

這二句可說是上言三個問題之答案。

凡是甚愛其身的人必然是愛欲纏身，只顧自身物欲之滿足，所以一生精力完全消耗在物質追求上，為物役一生。是曰「大費」。老子眼中，這些人是耗費自己，浪費

❶ 名：老子這「名」字指行善立德之「德名」。賢人所作之德行，為世人歌頌。
❷ 孰：疑問代詞。誰。
❸ 貨：財物。古時以金玉布帛為財物。
❹ 多：指重，看重。
❺ 亡：通忘，指無。
❻ 大費：竭盡用心，操心。

一生來滿足自己六根之欲，而不是利用這短暫應現的人生去作些有意義的德事。

貪財貨又復不知足的人，雖然自身用之不盡，可是偏要多藏厚貯，其將來亡失的機會或越多。厚，是加倍，深的意思。老子固知身是肉身之存在，財貨是生存之需要，人生存上固不能不居住飲食而脫離生活條件，但君子以道生財，以直取貨，不妄貪無厭才是老君教人財貨貴實用不必多藏，愛貨不如愛身，重身不如重德。固人若能明悟取諸社會，用諸社會，以多餘而用不盡之貨財，回饋社會，樹德於人，這樣便是老君所言之親近德名了。

【知足不辱。知止不殆❼。可以長久。】

前言「大費」、「厚亡」，或可是得不償失，所以在「名與身孰親」上要先看淡此身，此身一淡，一切身外物就不會發生過份貪心，不貪就是「知足」，既知足就不會遭受浪費此生的恥辱了。還有對一切身外物取用有限度，不生多藏之妄心，因之能「知止」，既知止所以就不會發生厚亡之危殆了。人生若能不辱此生和不受危殆時，這才是導使「生命長久」之道。

關於「知足、知止、長久」之詮釋，參《呂祖全書》卷十八〈持盛在德章〉第二十四內文：

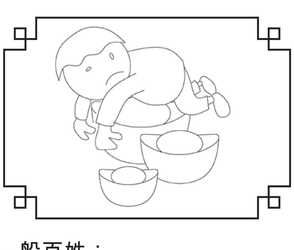
居上位而**不驕**。所以長守貴也。處豐阜❽而**不淫**❾。所以長守富也。是以聖人序《易》❿。於大有之後。繼之以謙⓫。蓋有大而能謙。所以長保其有。不特居於全盛之時為然也。太上曰「**知足不辱**。**知止不殆**。**可以長久**」。佛經

曰「**知足之人。雖貧如富。不知足者。雖富而貧。常為知足者之所憐憫**」。

賢人、君子：

- 重道德行為。「德名」。
- 善利肉身軀立功建德於世。「**身重於財貨**」。
- 視富貴如浮雲「亡」。「知足知止」。

結果：
- 知足知止。
- 終身不辱。
- 可以長久。



一般百姓：

- 以自己色身（身軀）為重。「身」。
- 為名利貨財而鑽營一生。「貨」。
- 貪得無厭。「得」。

結果：
- 愛欲纏身、物役一生。「大費」。
- 不義而得的財，亡失機會越大。「厚亡」

本章旨：

老君針對世人之病態，提問世人，最後作出正確的評語：

「甚愛必大費」是斥甚愛其身之非，「多藏必厚亡」是斥貪得財貨之害。教人積財不如「積德」，愛身不如「愛道」，在名與身孰親之比較上，還是親近德名為第一首要。

⑦ 殆：危險。
⑧ 豐阜：富饒、旺盛。
⑨ 淫：過度、惑亂、邪惡。
⑩ 易：即《易經》、易學。
⑪ 謙：謙遜，滿招損，謙受益。也指滿足。

《道德經》四十五章

【大成若缺。其用不敝。大盈若沖。其用不窮。大直若屈。大巧若拙。大辯若訥。躁勝寒。靜勝熱。清靜為天下正。】

此章言靜與動（陰陽）互調燮，不偏不倚，方能長久。分外、內講。

外講：

【大成若缺。其用不敝❶。】

大成就的人，並不顯出有成就的自滿樣子，仍像有所「缺欠」似的，即曰「若缺」。這樣才符合「天行健，君子自強不息」的大義，才永遠繼續不會出現敗弊，即曰「用不敝」。如天地陰陽動靜之機，盈虧有道，升降有序，四季循環不息，方能長久不敝。

【大盈❷若沖❸。其用不窮。】

大能力者並不自矜能力，反若虛空無用的，貴不敢驕，富不敢奢，那麼他的工作能力便不會窮盡了。

【大直❹若屈❺。】

賢者法度正直如一，橫逆和謗毀不去計較，順而受之。

【大巧❻若拙❼。】

明道者不表顯其功，不自矜其能，別人在名利之爭逐上各顯其機智手段。賢者卻若笨若拙落伍一般，甘居人後。

【大辯❽若訥❾。】

❶ 敝：壞、破舊。疲敗。
❷ 盈：滿、充足。
❸ 冲：虛、空。
❹ 大直：上下一理，本末一道。
❺ 若屈：虛而能容於物，順而不爭於物。
❻ 巧：巧妙。
❼ 拙：魯鈍。
❽ 辯：辯論也。
❾ 訥：訥而不言。

好辯之人，養道未純，稱德未厚，好辯取勝，招口舌之爭，於事理無益。善言不辯，智者純厚誠懇，不作無謂之言，不尚口舌之爭，以信實為主，剛毅木訥。

關於「大辯若訥，大巧若拙」詮釋，參《呂祖全書》卷二十四〈一行子玉樞或問〉內文：

似**愚**似**訥**似**拙**何也。曰此言求道之心。當如是處其實。不居其華。而後可漸至於渾忘。即太上云。**大智若愚。大辯若訥。大巧若拙。亦此意也**。



賢者、明道人，處世作事：

- 具大成就、不自滿，仍像有缺欠不足。「大成若缺」。
- 不自誇、不驕奢，工作能力才不會窮盡。「大盈若沖。其用不窮」。
- 心寬廣、不計較、逆來順受。「大直若屈」。
- 不弄機巧，若笨若拙，甘居人後。「大巧若拙」。
- 不與人口舌，剛毅木訥。「大辯若訥」。

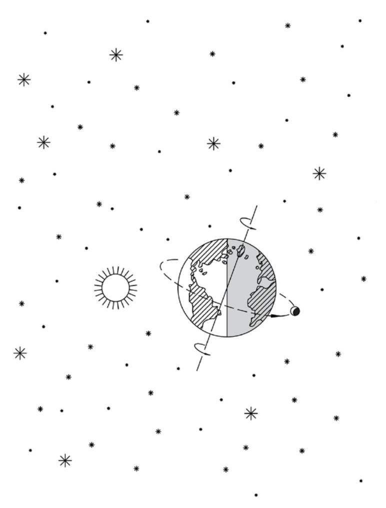
【躁勝寒。靜勝熱。清靜為天下正。】

陰陽之理，在於「冲和」，互調互燮，倘太過或不及，則失自然之機。偏躁、過寒、偏靜、過熱，則「滯」於一偏之義。「躁勝寒」或「靜勝熱」，乃一時之勝，一偏之勝，終不能長久。

以天地陰陽二氣作喻，倘陽氣勝陰，即「躁勝寒」，或陰勝陽，即「靜勝熱」，則二氣偏傾，如此者，天地不能互挽升降，周而復始。倘天地不互調互爕，則無春夏秋冬，無日月運行分晝夜，純陽無陰或純陰無陽，終至天墮地毀。大道本體，不偏不倚，無過無不及，不有求勝之心，不執一偏之見，自然而然，不求勝而自勝，不求正而自正。故曰「清靜為天下正」。

關於「清靜為天下正」詮釋，參《呂祖全書》卷二十八〈涵三語錄續輯〉內文：

凡學道之士。貴在精專。默運玄機。冥心內照。致虛守靜。和光同塵。以游於世。抱一以自修。勿雜念。勿貪名利。內忘其心。外忘其形。以心御氣。以氣合神。以神合虛。以至於忘無可忘。復還清淨太虛無為之道。能明乎此。是為明道。勤修行之。是為行道。故太上云。**清淨為天下正**。

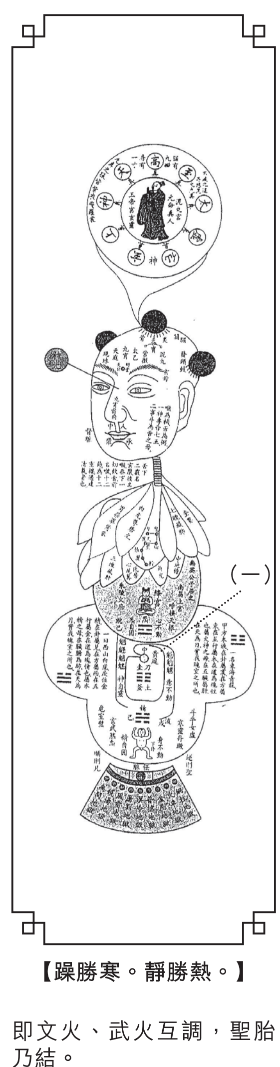


按前章（第四十二章）天地互調爕，陰陽二氣沖和，升降有序，四季流轉，周而復始。日月往還得晝夜。天道不偏不倚、不過寒、不偏躁。人當效法天地，取中庸之道。和光同塵、致虛守靜，則怨懟不生。「天下自正」。

內講：

關於「躁勝寒」、「靜勝熱」，內修而言，可喻火候調節：

修丹者、自發其爐火，丹田爐火升降、即內丹（真氣）之上下運行，惟大藥未成，內丹未結時，須「文武」火氣調節有度，過文或過武，雖坐一生，難現「真性」。藥爐丹灶，初升之火，丹未能成，繼之以文火（靜）、武火（熱），不斷節調。時強時弱，溫暖咸宜，則清白之丹，以存亦亡。如是則物非其物，藥非其藥，三清(精氣神)之結，則丹成汞熟耳。詳參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第十三章〈火候調節〉。



【躁勝寒。靜勝熱。】

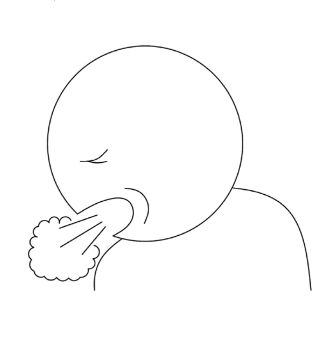
即文火、武火互調，聖胎乃結。

（一）內修：丹田爐火之升降: 即（文、武火氣）須調節有度，丹功始現。文火（靜）。武火（躁）。

倘以《醫道》而論，人體陰陽若不調和，陰盛陽衰，或陽盛陰消，體內寒（虛）燥（熱），互不攝調，則「病」由此而生矣。

參《醫道還元》卷二〈症候源流詳解〉內文：

呂祖曰：何謂**未寒先慄**？乃人當天時**未**寒之日，稍遇涼風吹掃，遂有一種淒然悚慄之氣，故謂之未寒先慄，此亦無病之病也。此無病之病，因何而生？蓋由人之陰中不足，連陰內真陽亦衰，致體日虧，而流於孱弱。《道經》云：**躁勝寒**。**此則與之相反也**。**蓋陰不足，而血亦隨減，有不畏寒乎**？


人體躁寒失調，則病至。

本章旨：

老君以陰陽盈虛為喻，教人剛柔並濟，勿滯於一偏之勝。所謂：直必折、巧必勞、辯必窮。人能似愚、似訥、似拙，處其實不居其華，而後可漸至於渾忘，即老君曰：「大智若愚、大辯若訥、大巧若拙。」

修真者，以清靜為「正」，所謂「一念不起謂之清。靈台無物謂之靜。」人能常清靜，天地悉皆歸。歸者、返回「正」。即天地陰陽不偏不倚之「正氣」！

《道德經》四十六章

【天下有道。卻走馬以糞。天下無道。戎馬生於郊。罪莫大於可欲。禍莫大於不知足。咎莫大於欲得。故知足之足。常足矣。】

此章申言不知足的為患，知足是平易之常談，但於臨事時却不易把持。純外講。

外講：

【天下有道。卻走馬以糞❶。】

如天下有道，在承平之治時，因國與國各能知足，不再伸展國勢去爭強逞霸，互不侵略，人民安居樂業，戰馬也無甚用處，轉用到農田助產。

【天下無道。戎馬生於郊。】

假使天下無道，國與國之間都不知足，進而擴張勢力侵略鄰國，戰爭四起，民不聊生，戰馬長年作戰於郊外。如近世經歷了兩次世界大戰役：

第一次世界大戰，發生於公元一九一四至一九一八年。

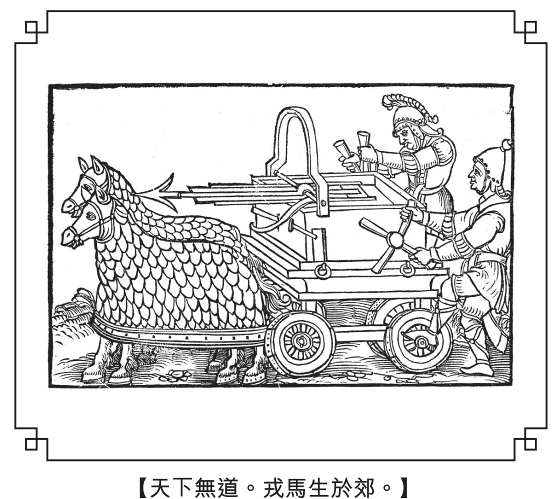
第二次世界大戰，公元一九三九年至一九四五年。迄今為止，是人類史上規模最大，傷亡最慘重的戰爭。戰爭的緣起，主要是人類的「不知足」。

❶ 糞：肥田。



【天下有道。卻走馬以糞。】

政治清明，戰馬無用，往田工作。



【天下無道。戎馬生於郊。】

相反，政亂動蕩，戰馬奔走戰場上，民不聊生。

【罪莫大於可欲。禍莫大於不知足。咎❷莫大於欲得。】

老君所指三者：

（一）「可欲」是見物生喜愛心。

（二）「不知足」是對現有不滿足。

（三）「欲得」是對喜愛之物想辦法得到手。

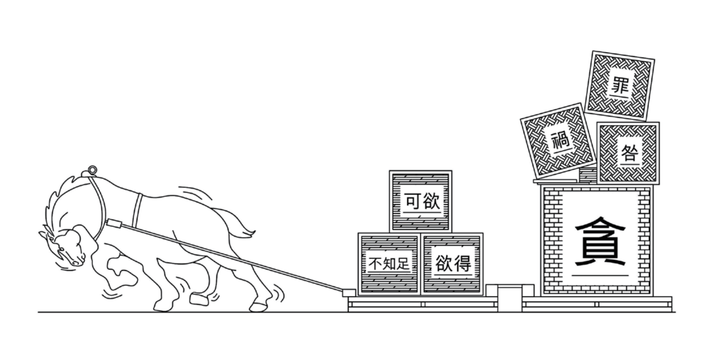
這三者本屬連鎖性質，三者總結起來說，就是一個「貪」字。如見可欲是貪心，感不知足是貪念，欲得為己有是貪取。三者所招致的結果，就是人類犯罪、災禍、過咎之來源。故老君曰「罪、禍、咎」皆源自不知足！

【故知足之足。常足矣。】

這是一句結束語，凡是能夠知足的人，因對目前一切感到滿足，所以他就永遠常足了。

本章旨：

國有治亂，人有福禍。國之治是因治國有道，人之福是因修身有方，老子在這篇章上作了很清楚的交待，祇用「知足」兩個字便已足夠了。是以治國者若能知足，則不會兵連禍結，而致民窮財盡，修身若能常知足，就不會行



「可欲」、「不知足」、「欲得」加連起來，是一個「貪」字。是「罪、禍、咎」的源頭。

險僥倖，而致惹禍焚身。《中庸》所言「君子慎獨」，和老子所言「無知無欲」，是防患未然之最好方法。

❷ 咎：罪過。

《道德經》四十七章

【不出户。知天下。不窺牖。見天道。其出彌遠。其知彌少。是以聖人不行而知。不見而名。不為而成。】

此章言心性之道，亦即孟子「存心養性」，南宋朱熹「格物致知」之論。純外講。

外講：

【不出户❶。知天下。不窺❷牖❸。見天道。】

老子說天下之事物雖廣，但明道的人是用其盡性窮源之真學而不同於世間諸學去悟解事物的道理。此與孟子：

「存心養性」，即保存赤子之心，修養「善良之性」及北宋程頤公元一〇三三至一一〇七年，與南宋朱熹公元一一三〇至一二〇〇年兩大鴻儒所論「心」「性」之道義同。「性」者即天理，「心」者人之神明，所以具眾理而應萬事者也。其理又如朱熹所謂「格物致知」，即研究事物而獲得知識、道理。聞一知十，固知事物之根由，

知其本源，是以就可推而至極至，而全能明白。

故老君曰明道的人，不必出門去行訪查問，就能知天下事物之道理。又說天道之理雖然微妙莫測，但明道的人因根據「自性」之全體大用，可以推知大道之變化，不必窺窗去探望天道，而天道之奧秘亦存在我心了。故曰「不出戶、知天下、不窺牖、見天道」。

【其出彌遠。其知彌少。】

承上言，心性之道，格物致知之理，是真正知見，並非物質上的博學多聞，而是真理上之圓融不滯。不是徇於耳目見聞之偏，而是一心向自身心性去領悟，至一旦豁然貫通時，宇宙大小之眾理當全在我心了。故老君曰「其出彌遠」是離身愈遠「其知彌少」（即越少），皆因為形相所障，愈不能深入其理。

【是以聖人不行而知。不見而名。不為而成。】

凡是真明道的人，能以自身之一理來推及天下，則天下眾理便無所不知。若將天下託付給賢人來治理，自然我無為而民自化，在治世上雖不必用心意去作，亦能不

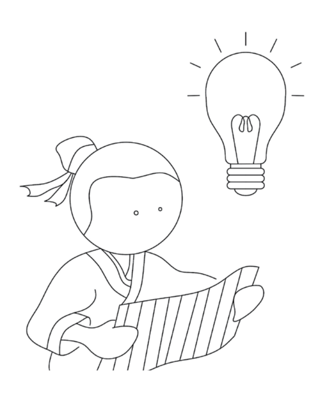
❶ 戶：是門戶。
❷ 窺：從小孔偷看。
❸ 牖：粵音友。窗戶。

為而成功了。故曰「不為而成」。



【不出戶。知天下。不窺牖。見天道。】

哲士用「存心養性、格物致知」來理解事物。用「心性」去領悟真理，不曲從耳目見聞而能認識天道規律。故曰「其出彌遠，其知彌少」。



【聖人不行而知。不見而名。不為而成。】

聖人、賢人不出戶而眾理皆明，天下交托他們來順理，便能「不為而成」。

本章旨：

本章上最重要的是先分清「知天下」和「見天道」之對象。因這知道天下與見識天道並不同於世間之一般學問，並不以物質文明之物為目標，而以精神文明之道作目的。世間之一般學問因為以存在作知見對象，所以便不得不利用耳目大腦來追求，而留學出洋以廣見聞等這當然是必然的道理了。可是在「精神文明」上所結成的成就，如此剛剛相反，不但不主張耳目見聞而且更積極的主張絕棄物質。因為這「物」除可以構成使人沉迷之欲外，更在利弊參半中慢慢的使人變成物質機械化文明。這樣世人便越習越巧，重利輕義，衹知在生活經濟上競爭圖利，而那「天真淳樸之善良原態便在不知不覺中消失得盪然無蹤了」。這是老君所憂慮及預見到的世人病態。

《道德經》四十八章

【為學日益。為道日損。損之又損。以至於無為。無為而無不為。故取天下者。常以無事。及其有事。不足以取天下。】

此章論入世求學，出世求道，一為益，一為損。純外講。

外講：

【為學日益❶。為道日損❷。】

人生在世，不能離「學」。學的方向，有二條路：

（一）入世求學：求知識學問，為立身處世，求職就業，為生存而求學問。今天來

❶ 益：增加、進步。

❷ 損：減少。

說，學識愈高，成就機會應是越大。所謂讀書明理，是求學的大方向。故曰「為學日益」。

（二）出世求心性道德之學：這與生活環境，貧富貴賤，賢與不肖條件無關。因人生在世，受七情六欲所困，積習已深，累欲已重，欲求修真明道，返體還源，亦必須經過「學」之階段。學習剔除雜念，逐漸減少思慮，貪妄之欲念等等，故曰「為道日損」。

【損之又損。以至於無為。】

承上言，求道之士，逐漸除妄去欲，「損之又損」，即是去之又去和遣之又遣。蓋在人欲橫流之社會洪爐中，由日積月累所習成之妄識邪念和私欲偏愛等，這些都是後天感染的東西，在自性本來沒有這些，如《三字經》云「人之初。性本善」。所以就要一損再損，減而又減的使真性復出，故曰「損之又損」。

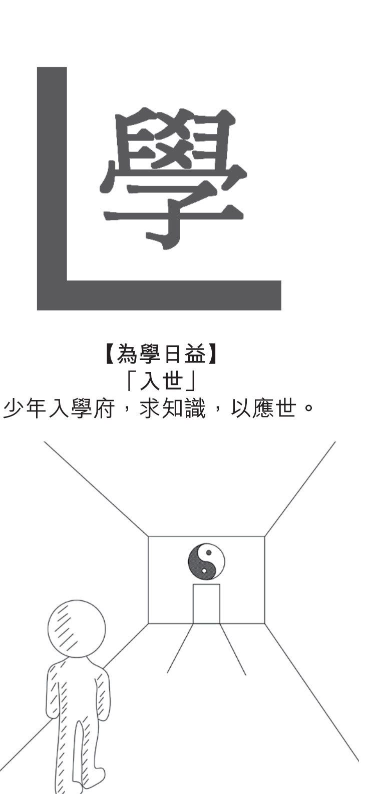
盡力的克制物欲，重現本來固有之真面目，直至損到極限，一念不起，性體圓明，慧光生，那便是返回先天混元之無為本體矣。故曰「以至於無為」。

【無為而無不為。】

損之又損，內外清靜，天理純全，然後再依此態度來處事接物，全順事理物理之自然原則來接應，無私欲妄見，性與天通，心與物合之時，天地萬物盡在我懷，雖無為而無所不為了。

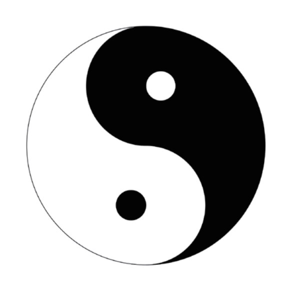
但尤須注意：無為而無所不為者，並非一無作用有若木石無為，此時之形態是性

與天合，心與物通，於自然中掌握萬物生化之機。如天不言而四時行，地不動而萬物生，故只要向自性，分中探求根源，在心地上發揮本能，則用之於身，身無不修，治之於人，人無不治，理之於物，物無不理。故此天下有為之為，為極終有限。無為之為，則是圓滿周全，無邊無際。故曰「無為而無不為」。此無為之理，世人多疑惑。



【為學日益】
「入世」
少年入學府，求知識，以應世。

【為道日損。損之又損。以至於無為。】
「出世」
年漸長，經歷世事滄桑，當求人生大道真理，少思去欲，與道漸合。



【無為而無不為。】

修煉心性，性體圓明，與道合一，進入：「先天無為大道」。

【故取天下者。常以無事。及其有事。不足以取天下。】

善取天下者，必先從自身之損之又損作起，回復善良道德本性，如此才能不耗民財，不勞民力，不專酷令（嚴令），納百姓入於無為自化中，交接以心德，進退以性理，能如此雖未治而實已是大同自治的社會了。故老君曰「無事取天下」。

本章旨：

老君將求學分成兩個階段：

（一） 年少求學時及未明道之前，可說是「為學日益」之階段。若在此階段的人當學而不學，虛擲時光則學問知識便不會淵博。

（二） 年長及明道之後，則是「為道日損」的階段，若學真道者當絕而不絕（即不絕去奸妄邪私諸漏習）、損而不損（即不損去七情六欲、三毒四關之縱），真道便永遠不證（不會成功的）。



【取天下者。常以無事。】

治世以「德」化民，百姓無為自化。乃老子最崇高理想的「大同社會」。

《道德經》四十九章

【聖人無常心。以百姓心為心。善者吾善之。不善者吾亦善之。德善矣。信者吾信之。不信者吾亦信之。德信矣。聖人之在天下。歙歙焉。為天下渾其心。百姓皆注其耳目。聖人皆孩之。】

此章言聖人以「無常心」，即無人我分別之心來感化世人。純外講。

外講：

【聖人無常心❶。以百姓心為心。】

有道的聖人，因已洞悉大道之奧妙體用，就不會如世人一樣，有著分別、利害、計較及貪妄等之常心了。他只知以天下百姓之整體心為心，以百姓之真得失為得失，

❶ 無常心：無有平常人之固執和妄心。

具好生之全理，無人無我，不執不滯，這就是聖人「無常心」的意思。

關於「聖人無常心、以百姓心為心」，參《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章〉第三十內文：

聖人無常心。以百姓之心為心。與古佛偈云：心本無生因境有❷。寧有異乎。

編者按：淺釋此佛偈語全四句：

假借四大以為身：我們不要把身體認得那麼真。這個身體是四大即地風水火和合而成的假借身體。

心本無生因境有：我們這個心本來不生不滅的，可是因為你著到境界上了，也就有這個生滅心了。所以說：

前境若無心亦無：前面那個境界若沒有了，心也沒有心，心是因為境界而有的。

罪福如幻起亦滅：所以罪也是虛幻的，福也是虛幻的。罪福如幻就像泡沫、電光火石一樣，雖然罪福起了還是滅的。

按此佛偈，那麼聖人的心，本來是不生不滅，對眾生百姓是用平等心來看待的。

【善者吾善之。不善者吾亦善之。德善矣。】

世人本有善與不善之分，然而聖賢，統治者，教育學者，或在世間的各宗教救世說法者，則順理成章就有荷擔道義救世救民的責任，當以無常心之圓融態度來接應。對善良的人當然要親待勉勵，而對不善良的人亦不生厭棄心而樂於誘導、教化，所以他所建樹的德業才能達到盡善盡美的地步。故曰「德善矣」。

【信者❸吾信之。不信者❹吾亦信之。德信矣。】

這是與上一句一樣的對語，衹將「善」改為「信」。信字當作誠信解。內外一致，心口如一之善是信，即真君子。而口是心非，假冒為善是「不信」，即偽君子。可是聖人一本無常心之原則，不但對真君子施以真誠之心，而對那些信實不足，假偽善的人，亦以真誠無妄之心來對待。這是聖賢，救世者，其本心上並不生愛憎分別，以大慈平等來化度，所以他的德業才能真實不妄的建立起來。故曰「德信矣」。

【聖人之在天下。歙歙❺焉。為天下渾其心。】

聖人無常心，不論世人之善與不善和誠信與不誠信，皆能因材施教，不因好惡而

❷ 心本無生因境有：古時毘舍浮佛傳法偈。佛偈全四句曰「假借四大以為身，心本無生因境有，前境若無心亦無，罪福如幻起亦滅。」

❸ 信者：指心口如一的善者。

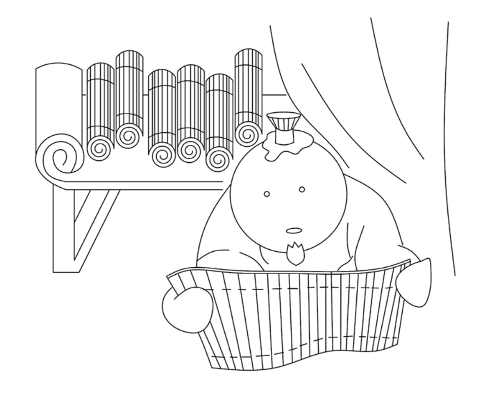
❹ 不信者：指口是心非的偽善者。

❺ 歙：粵音吸。歙歙焉，和洽貌。

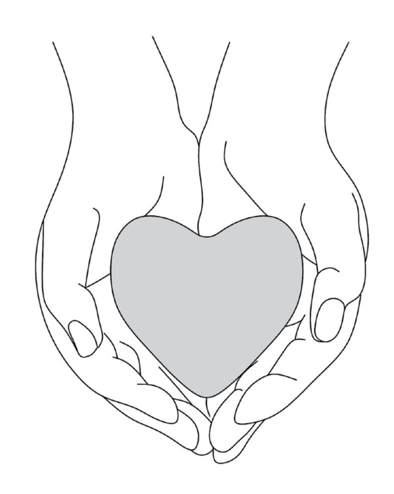
棄一人！所以聖人便和洽地與天下人相合，更與天下人之心是渾然一體的。故曰「為天下渾其心」。

【百姓皆注其耳目。聖人皆孩之。】

天下百姓因受了聖人、德士之感召沐化，便時常客觀去看他們的行為，留意其人之傳聞消息，爭相仿效。故曰「百姓皆注其耳目」。聖人的心體，包涵著慈悲、博愛、平等、同情等之真誠無妄心意，如雙親對親生兒女一般，不但不矜不驕，而且更愛護得無微不至。故曰「聖人皆孩之」。



- 〔無常心〕：聖賢洞悉大道之妙用，不存私念、計較、貪妄之心，勤政愛民，與百姓整體心為心。
- 〔德善〕：對善人、不善之人，守信用及違諾的人，均以有教無類的耐心來誘導他們。



- 〔德信〕：賢人不生愛憎分別心，以真誠無妄之心來建立德化。
- 〔聖人皆孩之〕：聖賢之心與天下人之心渾然一體，內心包涵著慈悲、博愛、平等來愛護百姓，視百姓為親生兒女。

本章旨：

老君所言善者吾善之。不善者吾亦善之。信者吾信之。不信者吾亦信之。這是聖人無常心之表現，如有所貶揚分別，便是常心，這樣就不能與天下渾其心。也不能成為常善救人，故無棄人之聖人了。此旨與耶教之博愛吻合（愛世人），及道教之呂祖昔日修真時，拜別鍾離祖師曰：「巖（呂祖名巖）志異於先生，必渡盡眾生，方肯上昇」。千百年以來，呂祖信守諾言，行而不斷，為其所渡化者，不可勝數。呂祖之大願可與佛教之目蓮尊者發宏願度盡衆生，撤空地獄等是同一悲願。本章可和上篇第二十七章同參，文中篇句「貴師愛資」便是本章「無常心」。

《道德經》五十章

【出生入死。生之徒。十有三。死之徒。十有三。人之生。動之死地者。亦十有三。夫何故。以其生生之厚。蓋聞善攝生者。陸行不遇兕虎。入軍不被兵甲。兕無所投其角。虎無所措其爪。兵無所容其刃。夫何故。以其無死地。】

此章以人身三丹田來論人生死生大事。教人攝養身心。分外、內講。

外講：

【出生入死。】

常人出則生、入則死，乃造化自然之理。造了又化，化了又造，是謂消長循環。

【生之徒❶。十有三❷。】

今依《素問》❸，十乃一。一中有三。再參《呂祖純陽三書》❹〈體道上篇〉：

呂祖曰：人身中有**丹田三處**，分天地人，又名上中下，乃**性命**之**根蒂**，**生死**之**門戶**。何為名曰「**丹**」？乃天地五行，真火結聚，付於人形，得名為「**丹**」。何曰「**田**」？乃三五之真土，與火相附，得名「**田**」。生身受氣之初，始於**中**（中丹田，黃庭穴），次成於下（下丹田），及形全脫胎之頃（出生），方得天地真陽，靈魂入頂，乃為**上**（上丹田）。這里通徹，便知**性命來歷**。

按呂祖文示，老君曰生之徒十有三，乃指人身由父母一氣而生成之軀體內有三丹田，即上丹田、藏神舍（參本書刊修真圖六號穴）、中丹田、藏氣舍（七號穴）及下丹田、藏精之所（八號穴）。此三者乃人身性命之根蒂，生死之門戶。人生之初，精氣神三位分別附於人體，人之滅，三位（指精氣神）亦先後而離。精還於乾（八卦之乾宮），氣回於巽（巽宮），神返於离（离宮），是謂三回初服（參本書刊導讀八〈太上內修篇〉第十章〈精氣互煉〉）。

❶ 徒：解同類的人。眾人。

❷ 十有三：《素問》曰：天地之至數者。始於一。終於九。是謂天地之數。三三九而無十數。既為十。則一也。雖然不可言。一中有三。故曰十有三。三謂萬物也。以天地之間一生二。二生三。三生萬物。三入二。二入一。而出生入死無止。故曰出生入死。

❸ 《素問》：古醫書，內記皇帝與岐伯相問答，故以《素問》為名。

❹ 《呂祖純陽三書》：乃性命之書，呂祖於清康熙年間，距今約三佰餘年前，降鸞於「伏真壇」而演成之書。

人生之初，附精氣神於三田，故曰「生之徒，十有三」。按《素問》解釋，十者乃一也，生之徒有三，三者由一而生。（參《道德經》第四十二章：一生二，二生三，三生萬物。）

【死❺之徒。十有三。】

老君指人身有三尸體，即精氣神後天之識神。參《醫道還元》卷八〈修性復命詳解〉內文：

呂祖曰：**三尸**：即人身上中下三關之識神，最喜好邪緣。**上關識神**❻，專務耳目口鼻之欲，舉凡**耳**好音**聲**，**目**好采**色**，**口**好飲食異**味**，**鼻**好聞異**香**，**皆此上關之識神主之**，令人終日紛馳，循環不休，**紛馳久**而**真元耗**矣。**中關識神**❼，**好**勢利圖謀，**忿**恨**爭**鬥，令人**貪**名射**利**，見富貴則傾羨，見貧賤則嫌憎，有所拂則懷怨，有所觸則鬥爭，**久久而真元盡散**。**下關識神**❽，最好**淫欲**，及私**智**小**術**，令人淫欲不休，欺瞞好巧，作惡極大，足以致人於**死**，**真元之被害為最甚**。因人身中愈下愈陰，故中關識神之邪惡，較上關更重，下關識神邪惡，比中關為尤大。**人只知三尸神**，**一好食**、**一好鬥**、**一好色**，**而不知其邪慝所作者廣**。修持之士，**若不去此三尸**，斷難歸於定靜，**真元**只有**日耗**。剿滅之法，靜觀自得也。修性命者，苟能於三尸剿而滅之，則由定返到靜，將**元精不耗**，**元氣不傷**，**元神不搖**❾，真陰自與元陽交合，真陽自與陰中之陽同類相和，上交下接，固結而不可解，可不謂性命締交乎？

編者按：依上文，人出生後，元精元氣元神化作後天三尸識神，乃六欲七情等害物，戕害自身而不自知，日積月累，使人漸走向迷失死亡邊緣，故曰「死之徒。十有三」。

【人之生。動之死地者。亦十有三。】

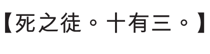
此重申上言，死之徒為三尸識神，常動而不靜，使人心失常，常縱心於事物往來，自是自伐，貪求無厭，好名傷氣，亂思傷神。世人不知這是慢性自殺之苦事，皆受三尸識神所害，置生人於死地。此等不是雖生而動向死地之事嗎？故曰「人之生。動之死地者。亦十有三」。

【夫何故。以其生生之厚❿。】

世人縱欲貪色，多藏好貨，以及極視聽之娛和窮口腹之欲等，這些都是世人所爭求的享樂厚生，謂之生之厚。世人太厚視此身之生的原故，實際是戕伐此身，正在動於死地，邁步走向死亡陷阱而不知呢！

❺ 死：喪失生命。
❻ 上關識神：即上丹田。後天識神，思慮之神。
❼ 中關識神：即中丹田。後天呼吸之氣，好鬥。
❽ 下關識神：即下丹田。後天濁精，好色。
❾ 元精、元氣、元神：即上文生之三徒。
❿ 厚：重、大、多、深。

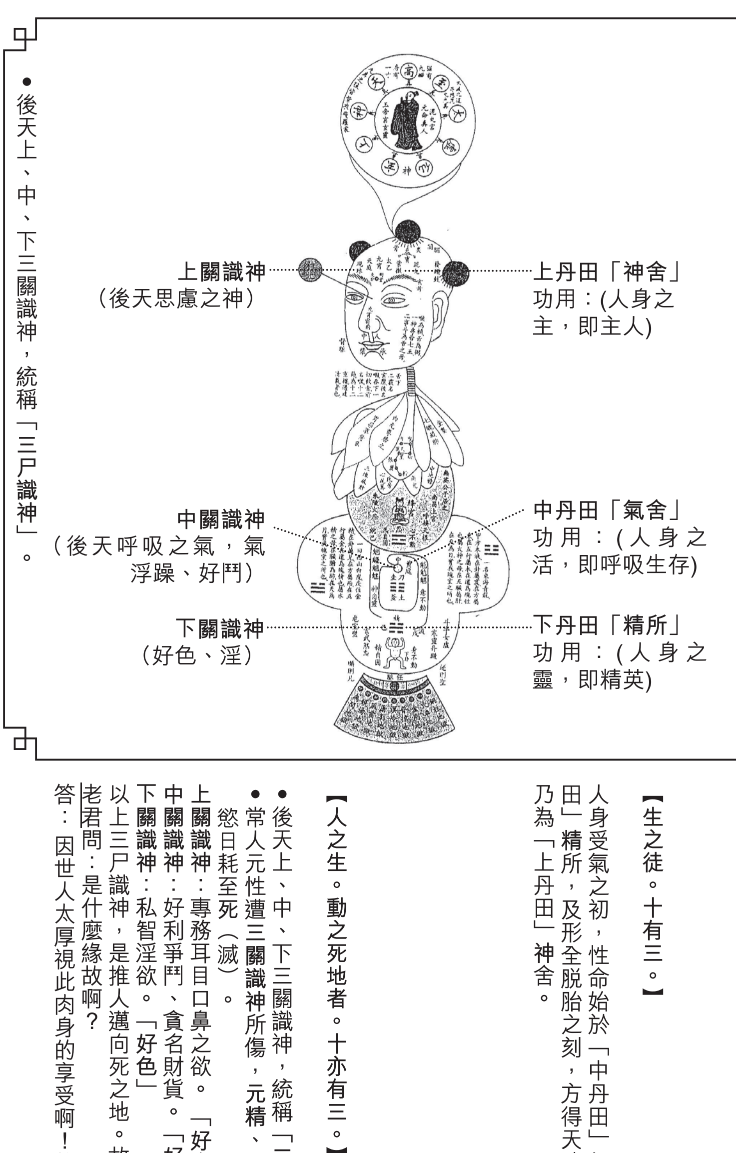




【死之徒。十有三。】

人之滅，「**精氣神**」亦先後而離。「**精**」還於「**乾**」（八卦乾宮）。「**氣**」回「**巽**」（巽宮）。「**神**」返「**离**」（离宮）。是謂三回初服。後天「**精氣神**」俱為物欲所傷，化為「三尸」，即「死之徒」。

●先天元精、元氣、元神三者乃人身性命之根蒂，生死之門戶。



●後天上、中、下三關識神，統稱「三尸識神」。

【生之徒。十有三。】

人身受氣之初，性命始於「中丹田」氣舍，次成於「下丹田」精所，及形全脫胎之刻，方得天地真陽，靈魂入頂，乃為「上丹田」神舍。

【人之生。動之死地者。十亦有三。】

●後天上、中、下三關識神，統稱「三尸識神」。

●常人元性遭三關識神所傷，元精、元氣、元神為萬事物慾日耗至死（滅）。

上關識神：專務耳目口鼻之欲。「好食」

中關識神：好利爭鬥、貪名財貨。「好鬥」

下關識神：私智淫欲。「好色」

以上三尸識神，是推人邁向死之地。故曰「動之死地」。

老君問：是什麼緣故啊？

答：因世人太厚視此肉身的享受啊！故曰「生生之厚」。

【蓋聞善攝生者⓫。陸行不遇兕虎⓬。入軍不被兵甲⓭。兕無所投其角。虎無所措其爪⓮。兵無所容其刃。】

明道的人，住世期間，徹悟真妄兩界，不為生生之厚所貪戀，潛修攝生養性之道。能如此者，一切兇物皆不能置修真者於死地，諸如：

兕虎、兵甲乃縱情肆欲之喻，所謂傷身之具，伐之斧是也。因人如縱情而發狂，必傷其身，肆欲而無忌，必奪其命。縱欲之害患，恰如兕虎，戰爭、可置人於死地。惟善攝生養身的人，常守清靜之本體，不生浮躁之氣，無事安靜，無爭奪之心，故兇虎之爪，戰爭之利器等（用作比喻七情六欲，貪嗔癡、酒色財氣等利器），皆不能傷害奉道者或善於攝養身體、清心寡欲的人。故曰「虎無所措其爪，兵無所容其刃」。

【夫何故。以其無死地。】

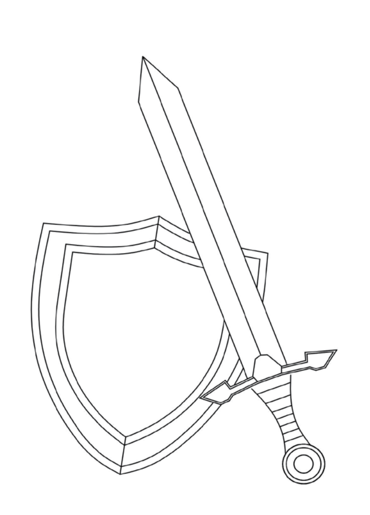
聖人，善攝生者，無為安靜，絕三尸識神物欲之害，自然就沒把自己送到行險的路口上去，所以就沒有把自己移去送死的地方了。故曰「以其無死地」。

⓫ 攝生者：善養生的人。
⓬ 兕虎：兕（粵音寺）、雌性犀牛。兕虎泛指兇惡野獸。這裡喻貪欲、妄念等。
⓭ 兵甲：戰爭利器。這裡喻傷害自身的色欲、淫欲等。俗云：色字頭上一把刀。
⓮ 措其爪：施其爪。

內講：

修真煉道者，倘內煉丹功達至臻善境地時，精氣神合一後，身外見身，「元神出舍」出入天人地間，活在虛無飄渺中，「元神」雖遇世間兕虎兵甲水火諸害，亦不能傷害攝生者。蓋真人煉性立命有年，其「精氣神」結合，聚則成形，散則成氣，謂之曰「真靈」，若煅煉湛深，此三者更能入石，亦能飛形，入水不溺，入火不焚，虎兕縱烈，兵刃雖雄，只可以傷及有形（身軀），安能施害於無形（元神、真靈）？天下惟無形者能制有形，豈有有形者能迫無形乎？

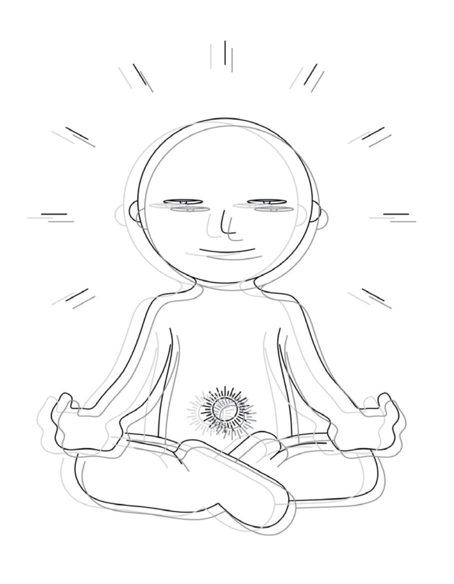
參《呂祖全書》卷三〈敲爻歌〉內文：



- 奉道者，不貪厚生、潛修養靜、攝養身體、不浮躁、無爭奪之心，則七情六欲、三毒四關之兇爪、（譬喻戰爭利刃之兇器），亦不能侵害其身。老君以縱情肆欲來比喻傷人之兇爪、利器。故曰「兕虎、兵甲等遇見修真者乃無所措其爪，容其刃。」

- 若能如此者，三尸識神就無法把自己移去送死的地方了。故曰「以其無死地」。

堅志苦心三二載。百千萬劫壽彌疆。達聖道。顯真常。**虎兕刀兵更不傷**。**水火蛟龍無損害**。拍手天宮笑一場。



三品「精氣神」合一，元神出舍，身外見身，兕虎、兵甲、水火焉能傷其無形之身？故曰「攝生者。兕虎、兵甲，無所措其爪、容其刃」。

本章旨：

人之生，賴「精氣神」以生（生三徒），人之死，皆由後天「三尸識神」所累（死三徒）。老君教人離去三尸死地，攝生尋回生三徒，即「元精、元氣、元神」。

《道德經》五十一章

【道生之。德畜之。物形之。勢成之。是以萬物。莫不尊道而貴德。道之尊。德之貴。夫莫之命。而常自然。故道生之。畜之。長之。育之。成之。熟之。養之。覆之。生而不有。為而不恃。長而不宰。是謂玄德。】

此章言「道」與「德」之尊貴。純外講。

外講：

【道生之。德畜❶之。物形之。勢❷成之。】

以上四句，乃老君重申道炁孕育萬物之過程：

（一）道生之：元始道炁朴散後，分陰陽而生萬物。

（二）德畜之：萬物未生成形體之前，佛曰由「四大」即「地、水、火、風」元炁生成。道則曰秉「五行」金木水火土之元炁而化造。萬物在未造化完成形體

前，悉由四大或五行之「炁」畜培養而成，故萬物就賴此「炁德」之畜養才能穩定生機，故曰「德畜之」。

（三）物形之：以上一及二項，即「道生」「德畜」之後，便要由無形而進入有形的世界，因有形而需定名。故曰「物形之」。

（四）勢成之：最後在道生、德畜、聚物成形以後，這林林總總的飛潛、動植各物、胎卵、濕化便「順勢」而出生成立了。

以上道生之、德畜之、物形之和勢成之是生成萬物的過程。

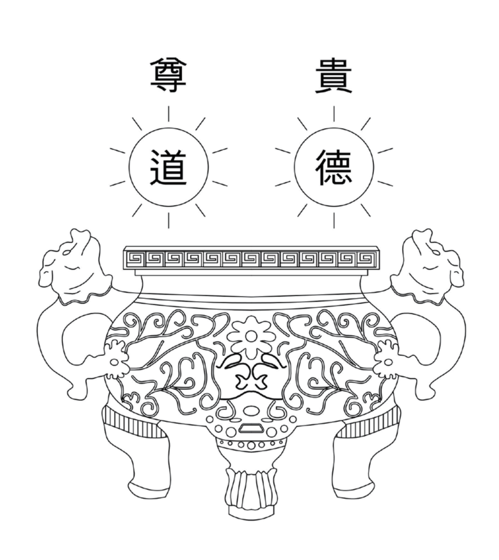


❶ 畜：養、順從。

❷ 勢：趨勢、順勢。

【是以萬物。莫不尊道而貴德。道之尊。德之貴。夫莫之命。而常自然。】

萬物都是道生德畜的，「道炁」是眾物的「生母」，身為「子女」們的萬物必須尊「道之元炁」，和貴「德之畜養」。不過這「道」之尊貴性和「德」之寶貴性，並非有若珍寶奇物等之實有尊貴，乃是尊而不覺尊，雖貴而不覺自貴。恰若宇宙主宰之尊，和天地大德之貴一樣，是不落迹相，不受奉揚之真正尊貴，因為這並非有意之為，乃以自然之妙各合其性。是以「道」「德」之真正尊貴處，就是表現於自然，而非由人刻意稱頌命名的。故曰「夫莫之命。而常自然。」



【尊道貴德】

- 「道」生、「德」畜。萬物尊道貴德。
- 「道」雖尊而不自覺尊，「德」雖貴而不自貴。故曰「道之尊。德之貴。夫莫之命。而常自然。」

【故道生之。畜之。長之。育之。成之。熟[3]之。養之。覆[4]之。】

上文生、畜、長、育、成、熟、養、覆八個字，乃所有生命成長覆滅的造化過程如圖解：

道炁

- **生之畜之**
  - 秉道之精
  - 含德之氣
- **長之育之**
  - 因物成形
  - 因用成材
- **成之熟之**
  - 發育完備
  - 成長收穫

秉道之精、含德之氣、因物成形、因用成材 → **養**之（由無入有）「**造**」

發育完備、成長收穫 → **覆**之（由有入無）「**化**」

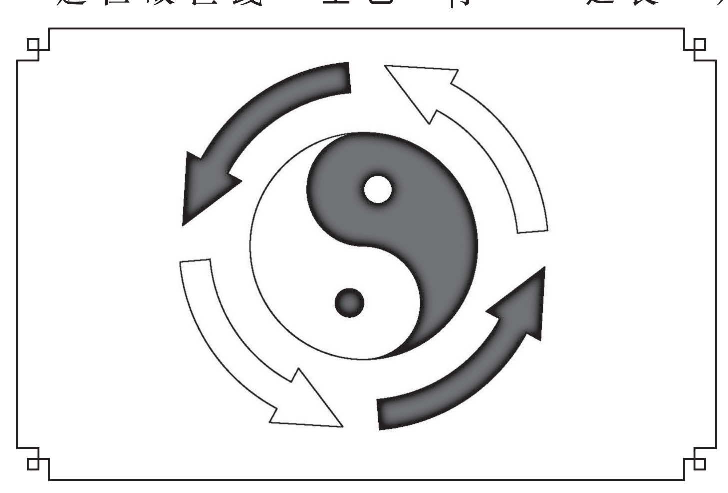
[3] 熟：成熟。

[4] 覆：敗壞。覆滅。

道書云：順生人，逆則仙。老君上文八個字，可解作：

（一）順生人：世上之人，順生而長，長而滅，滅再生，此謂之消長循環之道。（參本書刊導讀八〈外修篇〉第十五章〈循環之道〉。）

（二）逆則仙：明道修真之人，恰如孟子〈盡心章〉所言「形色，天性也，唯聖人然後可以踐形」❺。這形色即本章之「物形之」，因其有道生之，德畜之在先，所以稱作天性。至於能否踐形，也就是看能否實踐此「形」所賦之本能。孟子因視世人都沉溺在欲海中，全不及格，故誰能踐形，誰就是聖人，否則不但辜負了「道生」「德畜」，即連這有用之「形體」亦白白的糟蹋了。



【故道生之。畜之。長之。育之。成之。熟之。養之。覆之。】

萬物由「道炁」化生、生而滅、滅再生，是謂「消長循環」。大道「不執」、「不恃」、「不主宰」。世人莫知「道」造化的「玄德」。故曰「生而不有。為而不恃。長而不宰。是謂玄德。」

【生而不有。為而不恃。長而不宰❻。是謂玄德。】

老君最後又把德之精粹，又重復的說一次。這以道來直說，其言萬物雖由道而生，但大道並不自執其功，故曰「生而不有」。道對萬物只知造化而不自恃其是，故曰「為而不恃」。道雖居萬物之長為「母親」，但並無主宰制心，在造化的表現上所見的都是自然現象，故曰「長而不宰」。道因有這樣的大德大能，所以就名之曰「玄德」。即玄遠莫測的聖德。

本章與上篇第十章末五句：生之畜之。生而不有。為而不恃。長而不宰。是謂玄德。文字相同，但義則有異。第十章該五文句乃屬內丹譬語（內煉）。

本章旨：

老君教人如何保持道德之尊貴性。凡人能不自有其道者方顯「道」之尊，能不誇其德者方符「德」之貴。故人若能行道（如教化）而忘於道，立德（如利他）而忘於德時，這才是「道德」之真正尊貴處。

❺ 形色天性也，唯聖人然後可以踐形：人的形體氣色，就是自然的本性流露，祇有聖人才能依照人的原形（即天性）來實踐他的理想本質。

❻ 宰：主宰。

《道德經》五十二章

【天下有始。以為天下母。既得其母。以知其子。既知其子。復守其母。沒身不殆。塞其兌。閉其門。終身不勤。開其兌。濟其事。終身不救。見小曰明。守柔曰強。用其光。復歸其明。無遺身殃。是謂襲常。】

此章言「道」稱頌為「母」與其「子」即「萬物」的關係。分外、內講。

外講：

【天下有始。以為天下母❶。】

萬物由天地「陰陽二氣」而生，那麼天地當然是萬物的「生母」。這句話和上篇第一章「無名天地之始。有名萬物之母。」及第二十五章「有物混成。先天地生。」有相同義。

【既得其母。以知其子。既知其子。復守其母。沒身❷不殆❸。】

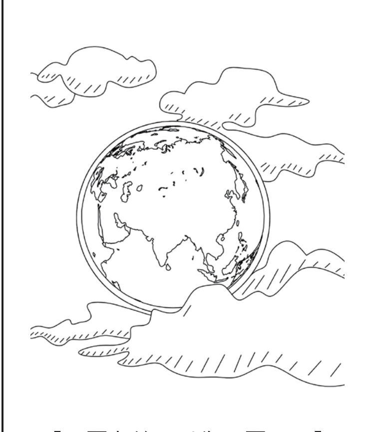
我們既知「道」生萬物，這萬物之「母」尋到了後，身為萬物之一的我們，就當明白自身應有的立場與天職，當效法天地無私無欲的德性，體天（母）行正道，母子相守相通。牢守生母（天地）所囑，不再誤入迷途，不可醉生夢死，背逆天地父母，能如此立身處世，則不會招惹罪咎而遺害其身了。

【塞❹其兌❺。閉其門。終身不勤❻。】

前言母子相守相通。守母方法是什麼呢？老君教我們：

（一）塞其兌：兌作「口」字解，如佛十惡業口中佔其四。即惡口、妄言、綺語、兩舌。如再加上嗜飲擇食之欲幾可居十惡之半。可見這「口」實是制造罪業之要道。舉凡處世之是是非非，和天下大事之忽治忽亂，幾乎皆因口舌上之玩弄挑撥，所謂禍從口出和巧言令色。老君教我們慎口戒言，故在守母之道上是要先堵塞這口。

❶母：能使他物滋生者。
❷沒身：終身。沒解作盡。
❸不殆：殆，危險。不殆，無危險。
❹塞：堵塞。
❺兌：孔穴。這裡指人首（頭）上之孔竅。
❻勤：憂慮、擔心。



【天下有始。以為天下母。】

- 天地陰陽二氣化生萬物。天地是萬物（包括一切含靈）的「生母」。
- 天地「母」無私生育萬物，我們身為「子」的必須學習「母」的德性。不可背逆「母」，誤入歧途，行屍走肉。故曰「知子。守母。」

（二）閉其門：是關閉其門戶，心為外誘，經眼耳等感官開放外馳之隙路，使心思狂蕩奔放，故言閉之使心思平靜。「閉其門」就是關閉這罪惡之門。

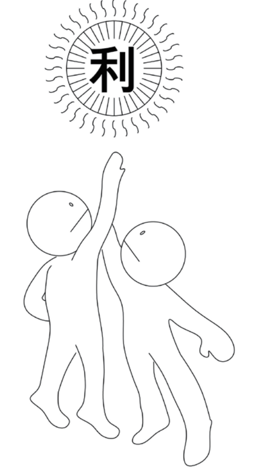
（三）終生不勤：人能塞兌閉門，恬淡自養，可延年益壽，終身不會有大病災，不用憂慮擔心。

【開其兌。濟❼其事。終身不救。】

本節是反說未能守母之害。假若世人不肯接受上述守母緘言，持與此相反之見解，以為不享受物質之樂欲，便不成為多姿多彩的人生，這便流為智識、聰明、技巧競爭、精神外馳於爭名奪利，逐物好貨之陳綫上，百般巧飾，狡猾奸邪，這時若不回頭就真的陷於終身不可救藥的地步了。

參《呂祖全書》卷十七〈葆守真元章〉第十四內文：

> 欲修仙道。先修人道。人道不修。仙道遠矣。然綱常倫理。在人固所當盡。若**不知惜精養神**。以保固形體。則**無**以卻疾延年。亦**非**攝生之道。太上曰。**塞其兌**。**閉其門**。**終生不勤**。**開其兌**。**濟其事**。**終身不救**。故又當慎起居。節嗜欲。保守其身。**勿縱欲以喪精**。**勿逞忿以耗氣**。**勿嗜飲以傷神**。



【開其兌。濟其事。終身不救。】

相反，倘欲竅之門常開，則奸巧淫邪、爭利縱欲接踵而來，若不及早回頭，終必終身不可救治。

【見小曰明。守柔曰強。】

見小曰明：明道之人，先要降服妄心，再察其事理，辨其正邪，不貪不婪，如此方能見微知著，是謂「見小日明」。

守柔曰強：見小以後，還要削除逞強好勝之心，凡事不爭人之所爭，和不強人之所強，以見小配合守柔，這才能收守母知子之效。

參《呂祖全書》卷九〈誠悌導引品第三〉內文：

太上曰：**見小曰明。守柔曰剛。用其剛而復其明。無遺身殃。**夫無為故無敗。無執故無失。故聖人修身以道。修道以仁。嘉善而矜不能。至道斯凝。柔於遠人。天下歸仁。以贊天地化育。而參三才。行道之士。體天地心。曰儒曰釋曰道。三教非離於心。**儒以謙和。釋以忍辱。玄（道）以致柔。「精氣神」非柔莫得。戒定慧非忍莫守。**仁義德非和莫涵。**柔忍和厥中乃成。中者性也。**

編者按：柔者、和也。內外雙修，非柔莫得。

【用其光❽。復歸其明。無遺身殃。】

❼ 濟：利用。
❽ 光：指智慧之光。

這「光」就是我們在真正無私欲時所發之良知。是真智慧。此智慧光與世俗所說的聰明不同，乃自性之本然光輝，是純善真美，若非修為至私欲淨盡時，這智慧之光是不會充分發揮的。老君勉人勿自作聰明，要以無私欲來接物處事，待事畢以後，又復不留痕迹，不有、不恃、不主宰的收斂其光，使之復歸於原來本體之「明」上，那麼在其一世中是絕不會給他遺下什麼災殃的。故曰「無遺身殃」。

【是謂襲常❾。】

以上這些道理本是因承襲「常道」而來，這番道理雖經千萬劫亦永久不會變易，所以這叫作「襲常」。世人因有私欲，心地不淨，更以聰明自以為是，其實是自離常道，所以反視這「常道」為異行了。

內講：

內丹而言，**母喻鉛**（**腎水**），子喻汞（**心火**）。

參《呂祖全書》卷六〈指伭篇〉十二內文：

玉蟾❿曰：**一物**。是**真鉛**也。蓋真鉛**生於天地之先**。號為**元始一炁**。能生天生地生萬物。今者返而求之。須用陰陽交感。逆施造化。故能成仙成佛。上聖已知**汞性好飛**。**遇鉛乃結**。**煉**「**真鉛**」**伏制**「**真汞**」。如**母伏子**。不致逃失。方結聖胎。以為長生不老神仙。

參《呂祖全書》卷十七〈火候藥物章〉第十八內文：

修道之士。既明玄關。須知藥物。然產藥有川源。而**藥**即「**鉛**」「**汞**」之說也。鉛產西方。西方屬兌金。金為水母。汞產東方。東方屬震木。木為火母。以金召水。以木召火。而生坎離。故太上曰「**知其母**。**復知其子**。**既得其子**。**復守其母**」。**此即知川源之說也**。

按上兩聖文，丹道修煉以「**母**」「**子**」喻「**鉛**」「**汞**」。詳參本書刊導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉題目：〈抽鉛添汞〉。

再參考《參同契》上篇第六章內文：

閉塞其兌。**築固靈株**。

任法融大師註釋：

兌：口。這裡指首（人頭）上之孔竅。

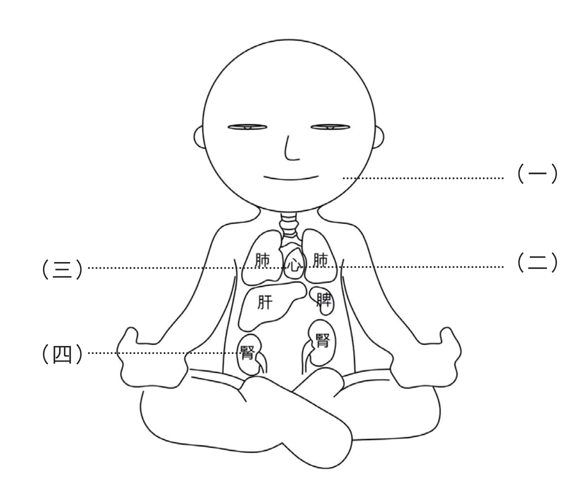
靈株：腎臟。在這裡指生化之根基。

《道德經》云：「塞其兌。閉其門。終身不勤。開其兌。濟其事。終身不救」。

本經引此意發揮修丹之要，封閉眼、耳、鼻、口之孔竅，則元神靜居而不散發，下則築固生化之根基，則元精穩固而不會走失。上不泄，下不漏，精內固而神自養。

❾ 襲常：繼承、因習。

❿ 玉蟾：即白玉蟾，又名白紫清。南七真之一。南宋人，距今約八佰多年前。



【塞其兑。閉其門。】

外講：

- 「**守母**」的方法如上圖。恬淡養靜，可卻病益壽。是曰「**終生不勤**」。
- 能降服邪妄私心、柔弱處世、不與人爭、見微知著，以智慧光來審察事理、辨正邪真偽，是謂「**明、柔、強、光**」。
- 以上永恒不變的真常道理，老君曰「**襲常**」。

（一）**塞兑**：不惡言、綺語，不嗜飲擇食，清淡為主。
（二）**閉門**：心不妄、意不邪。

內講：

- 修真者，塞兑閉門，元神靜、真氣生，水升火降，以**母**（腎，水）鉛**伏子**（心，火）汞。
- 內丹喻：**腎水靜制伏心火飛動**。 因心常浮躁不定，心猿意馬， 起伏無常，諸欲橫生。

（三）**心**：為火、為汞。
（四）**腎**：為水、為鉛。

本章旨：

老君以母子相依相守而論外、內修行：

外修：萬物（子）須依從元炁（母）之天德，柔和謙遜來處世接物。

內修：行逆修法，即下篇第四十章「反者道之動」以母（鉛）制伏子（汞），文火烹，武火煉，「真鉛」，「真汞」，結合成「真氣」，號曰「胎仙」。大藥當成。

《道德經》五十三章

【使我介然有知。行於大道。惟施是畏。大道甚夷。而民好徑。朝甚除。田甚蕪。倉甚虛。服文采。帶利劍。厭飲食。財貨有餘。是謂盜竽。非道也哉。】

此章言世道日衰，人心不古，而極嘆「道」之難行。純外講。

外講：

【使我介然❶有知。行於大道。惟施❷是畏❸。】

假使我堅定不移的遵行「大道」，在踐行時應當不忘戒慎恐懼，視為畏途，因為擔心在實行中不自覺地走向邪路。

【大道甚夷❹。而民好徑❺。】

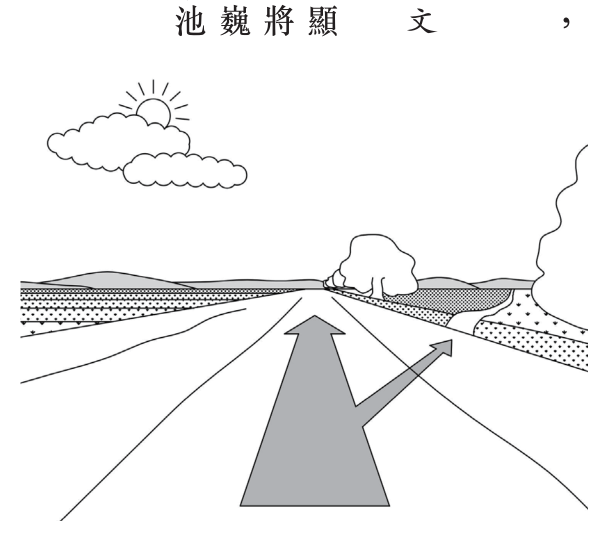
大道是平坦常道，是光明大道。世人之劣根都是自願在蹊徑小路，邪路中摸索一

生。故老君語重深長的教人「惟施是畏」，是警惕戒慎之意。

【朝❻甚除❼。田甚蕪❽。倉甚虛。服文采❾。帶利劍。厭飲食。財貨有餘。】

為政者放棄以德治民，偏入蹊徑，為顯出高高在上的無限權威，故不惜勞民傷財將朝庭前之階除，建築得無比的高大，極盡巍峨之能事。驅使人民作牛馬，造寢宮、酒池

❶ 介然：專一、堅定不移。
❷ 施：推行。
❸ 畏：害怕。有戒心。
❹ 夷：平坦、平易、常道。
❺ 徑：小路。
❻ 朝：此指昔日皇帝的宮殿、朝庭。
❼ 甚除：「除」指臺階、「甚除」指皇帝宮殿前的臺階甚高。言統治者極奢華，造華殿美屋。
❽ 蕪：田地荒廢、長滿野草。
❾ 文采：華麗的衣服。



【行於大道。惟施是畏。】
以忠誠堅定的意志及謹慎的真心求真道。

【大道甚夷。而民好徑。】
可是世人偏要捨大道而尋小路，走歪邪路。

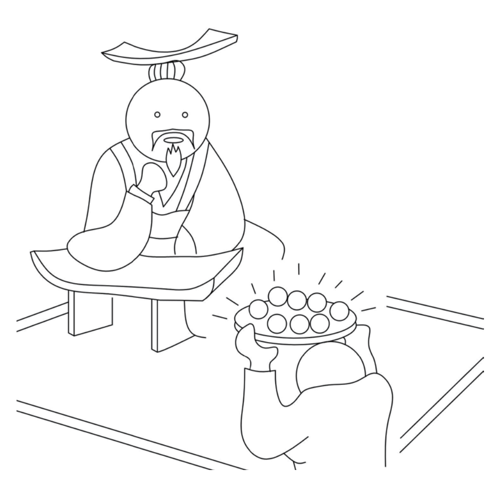
肉林，好大喜功，連年征戰，引致田地無人耕耘，任其荒蕪，糧倉空虛。更甚者，君王、貴族、豪門士族，身著華美的錦衣，以風流耀顯於民，飽餐着高等飲食，耗用民脂民膏，縱容官吏，仗權位、私積財貨，導致國民經濟危困，不自省悟，反認為他是萬民治國之主。

【是謂盜竽⑩。非道也哉。】



【朝甚除。田甚蕪。倉甚虛。】

宮庭華麗，極盡奢華。統治者、百官穿錦衣、嚐美食。連年征戰、農田荒棄、百姓受苦、糧倉空虛。官吏仗權，私積財貨、民不聊生。



【服文采。帶利劍。厭飲食。財貨有餘。】

為政上下如斯者，是「道」的背叛者，是盜賊的首領。故曰「**是謂盜竽。非道也哉**」！

《韓非子⓫•解老》：竽先則鐘瑟皆隨，竽唱則眾樂皆和。今大姦作，則俗之民唱，則小盜必和。故服文采，帶利劍，厭飲食，而貨資有餘者，是之謂盜竽矣。

為政者，如斯治國，這樣做，是對「道」的背叛，是盜賊的首領，故曰「盜竽」，最後必然遭到人民的背離，走向滅亡的路。

本章旨：

天地無為而生萬物，聖人無為而天下治，聖賢作事尚不忘戒慎（畏）、恐錯走邪路，故上以德治，下必德從。假若上者大事施張，不恤民力，不理民生，雖朝甚除是一時之威，可是人民若亦學習帶利劍以事，服文采之威時，則天下就開始競技奢淫，鬥智生事了。故大姦已作，小盜必隨，待隨者反禍其身時，則悔之已晚了。老君勉為政者，去奢華務實，多作利民舒困之事為上。

❿ 盜竽：猶言盜首。竽為五音（宮商角徵羽，是中國古樂基本音階）之長。故稱。

⓫ 韓非子：生於戰國末期，約公元二八一至二三三年前，是中國古代著名思想家，法家的代表人物。

《道德經》五十四章

【善建者不拔。善抱者不脫。子孫祭祀不輟。修之於身。其德乃真。修之於家。其德乃餘。修之於鄉。其德乃長。修之於國。其德乃豐。修之於天下。其德乃普。故以身觀身。以家觀家。以鄉觀鄉。以國觀國。以天下觀天下。吾何以知天下之然哉。以此。】

此章言大同之德，化溢四表，德澤無窮。純外講。

外講：

【善建❶者不拔❷。善抱❸者不脫❹。】

善建者不拔：是指「治事」說，不論所事範圍之大小，如治身治家之小和治天下之大，其所事之性質雖有所不同，但其事理是無二致的。「善建者」就是基礎打得穩固堅實，所立之功德，永遠不會被人「拔除」。

善抱者不脫：指「治人」說，這是使人與人之關係，變疏為親之方法，在推行上說是感召、感化、歸向，用「德行」來使人心服，四海歸心。

建善抱德不是空言，最重要是實踐，故加一「善」字乃見進修功夫。「建道抱德」之大聖人諸如孔子、老子、如來世尊、耶穌及各大宗教之教主等，其道德之潛力，雖至千百年後之今日，不但不會式微，而且更成為東西方民族文化之基石，受人景仰。立身以「道」、修身、理天下以「德」。這就是「善建者不拔，善抱者不脫」的實例。

❶ 建：建立。
❷ 拔：拔除。
❸ 抱：扶持、撫育、懷抱。
❹ 脫：離開、遺漏。



【善建者不拔。善抱者不脫。】

- 善建道德的大聖人，其功德力永久存在，及受世人尊崇。故曰「不拔、不脫」。
- 後世人以聖人之功治道德、箴言等作規範模式 ，世代相傳永記，如子孫祭祀不忘。故曰「子孫祭祀不輟」。
- 世人依聖人之言來立身處世，內則修身、齊家，外則更可治國、平天下。
- 聖人更以「博愛」之心來化人，推己及人，以無私之身來觀家、觀鄉、觀國、觀天下來仁愛萬物（人類、動植物）。

以上是老子理想中的大同社會，是以「德」來連結起來的。

【子孫祭祀不輟❺。】

為政者若能「善建」，其基乃固，若能「善抱」，其民不脫，故這以道德為治的事業，不但是當世之盛治，而且更是後世施治之榜樣。因此後世之人民都像他的親子親孫一般，永遠祭祀不輟以示不忘之意。如偉大的政治家、民族英雄，他們在世所立的功績，是永遠受其後世子民所擁戴及紀念（祭祀）。

【修之於身。其德乃真。修之於家。其德乃餘。修之於鄉。其德乃長。修之於國。其德乃豊。修之於天下。其德乃普❻。】

建道抱德之應用，並不限於為政與否，每個人都有其應用的範圍。如《大學》之「自天子以至於庶人，壹是皆以修身為本」。老子上述「五修」由一人作起，由身、家、通過鄉、國而至於天下，由此可見己身之修實，是行道佈德之基石。老君所言五修，與《大學》之四修甚相符，所差別者是《大學》主言功效範圍之擴大，本章則以道德進展之進度為重點：

《大學》倡四修

修身	齊家	治國		平天下
‖	‖	‖		‖
乃真	乃餘	乃長	乃豐	乃普

老子倡修五德

老君所言「乃餘、乃豐、乃普」是德之進展標尺，其成功處是見於家齊、鄉睦、國治、天下平。「其德乃普」是至善之境，這並不單是普及同民同族，就是異國民族亦要兼及，這與耶教的「博愛」意義相同。

❺ 輟：停、終止。

❻ 普：遍及、全面、廣大。

【故以身觀身。以家觀家。以鄉觀鄉。以國觀國。以天下觀天下。】

老子以博愛之心來化度世人，自身得到身修以後，就要聯想到他人之身是否在建道抱德，想辦法去幫助他人同登彼岸，這就是「以身觀身」。以此推己及人來推行德化工作及進程，即：

以家觀家：自己之家已經德化後，就要觀想到別家是否亦已德化。

以鄉觀鄉：自己所居之鄉已經德化到禮讓成風，純厚誠實了，就要聯想到他鄉亦和我鄉一樣。

以國觀國：我的國家已經德化到安居樂業，社會康泰，就要聯想到他國是否亦已步入康樂。

最後，天下人盡都德化以後，仍須觀察這天下之另一方面，還有萬物萬類是否亦並育而不相害，包括其他與人類善良相處的動植物。聖賢聯想天之所覆，地之所載是否都已各安其位和各遂其生，這就是「以天下觀天下」。

【吾何以知天下之然哉。以此。】

這一句結語是說，建道抱德的人由觀身擴充之而觀天下，這是表示一身備於天下理，一性同於天下性，天下事盡在我心。故說：我憑什麼可以知天下同然之理呢？此無他，就是全在於由我本身作起之故，故曰「以此」。於是亦可見自身之修是如何重要的了。

本章旨：

建道抱德之精緻處，就是無常心而以百姓心為心，無私體而以天下萬物為體。

老子心中理想之大同世界，就是由觀身、觀家、觀鄉、觀國、觀天下連結而成的，不是以武力去降服別人，而是以「德化」使之「同化」，故建道抱德不但是修身之法則，亦是老子的大同社會所必須經過的里程基石。

《道德經》五十五章

【含德之厚。比於赤子。毒蟲不螫。猛獸不據。攫鳥不搏。骨弱筋柔而握固。未知牝牡之合而朘作。精之至也。終日號而不嗄。和之至也。知和曰常，知常曰明。益生曰祥。心使氣曰強。物壯則老。是謂不道。不道早已。】

此章老君教人修真尋回先天「元性」，返回赤子無知無欲的純真境界。斯篇章純**內講**（內修）。

內講：

【含❶德之厚❷。比於赤子❸。毒蟲不螫。猛獸不據。攫鳥❹不搏。】

「**赤子**」釋義，參《呂祖全書》卷三十一〈註敲爻歌序〉：

人稟天地精血而生。初為「**赤子**」之時。**元精**、**元氣**、**元神**。混一純全。及至長成。因眼耳鼻舌四門所誘。一靈「**真性**」。被色聲香味觸法。習

染深沉。日復日。歲復歲。**元精**化為**交感之精**。**元氣**化為**呼吸之氣**。**元神**化為**思慮之神**。元氣分泄。難復天真。

按師上述序文，倘修真道者，煉性立命有年，修為至聚則成形，散則成氣，煉至三品（元精元氣元神）合一，元神出舍，身外見身，回復嬰兒赤子之身，道曰「元性」，或曰「真靈」，則一切毒蟲、猛獸，攫鳥等毒害之物，兵刃之凶，安能傷害其身？

【骨弱筋柔而握固。未知牝❺牡❻之合而朘作❼。精之至也。終日號❽而不嗄❾。和❿之至⓫也。】

❶ 含：藏蓄而不露，包在內面。
❷ 厚：大也，與薄相反。
❸ 赤子：嬰兒。
❹ 毒蟲、猛獸、攫鳥：皆能傷人之物。
❺ 牝：粵音聘。解作（一）雌性（二）鎖孔或閉。
❻ 牡：粵音某。解作（一）雄性（二）鎖門。門、門橫關也。（三）門戶、籥牡。
❼ 朘作：舉動。朘字、粵音專，發育自胚胎的交接器。
❽ 號：大聲喊叫，引聲長鳴。
❾ 嗄：粵音沙。聲音嘶啞。
❿ 和：調和、相反相成以為和。
⓫ 至：到達。

關於「牝牡之合」參《太上黃庭外景經》第二章：

> 黃庭真人衣朱衣。關門牡籥闔兩扉。幽闕使之高巍巍。
> 丹田之中精氣微。玉池清水土生肥。靈根堅固老不衰。

李涵虛（一八〇六至一八五六年，呂祖弟子，西山派開山祖師）註：

籥鑰同鎖鑰也。其機括有「牝」有「牡」。關門之時，以牡入牝。則籥合而兩扉亦闔。喻言「神氣交媾」。如牝牡之相銜也。

按李涵虛祖師註釋，「牝牡之合」作喻「神與氣」胚胎互相交就、連接、相銜。倘煉至神氣交媾，精一化合，則聖樹之花已開。故老子云：「牝牡之合而朘作。精之至也」。

「神與氣」之交合相銜連接，即「凝神運氣」（參本書刊導讀八〈內修篇第八章〉、及〈內修篇第九章〉〈元關竅運〉。），真氣直抵黃庭（修真圖七號穴），驅使「朱衣神」離中竅（中田），在人身小天地上下左右旋轉，使竅穴大開，直叩玄妙之門。「神氣交媾」又譬若「龍吟虎嘯」，即龍在吟唱，虎在長嘯，比喻相關的事物互相鳴叫和應（即同聲相應）。一龍一虎在人身體內互鳴互呼互應而不聲啞，概因此呼叫乃自然而生之呼號互應，不若人間因引聲喊叫，長鳴而致聲音嘶啞，故曰「終日號而不嗄」。「神與氣」即「牝牡」相濟相和，如賓主守位互換，使竅穴漸合而元關漸開。故老君曰：「和之至也」。修功至此，「胎元」結，溫養培育於中丹田（黃庭穴），胎元比若「赤子嬰兒」，骨最弱、筋極柔、手無執、而屈握極固、不可擘。故

曰「**骨弱筋柔而握固**」。

老君言「**牝牡之合而朘**作。**精之至也**。**終日號而不嗄**。**和之至也**」不易詮釋，今再參《**醫道還元**》卷八〈**修性復命詳解**〉內文：

呂祖曰：修性命者，苟能於三尸⓬剿而滅之，則由定返到靜，將元精不耗，元氣不傷，元神不搖，真陰自與元陽交合，真陽自與陰中之陽同類相和，上交下接，固結而不可解，可不謂性命締交乎？

按呂祖聖文所示：牝牡合乃神氣連合交接，即人自身之「真陰」與「元陽」交合。即老君曰「**朘**作。**精之至也**。」身中「真陽」與「陰中之陽」同類相和，故老君曰「**終日號而不嗄**。**和之至也**」。

【知和曰常，知常曰明。】

承上文句，「**牝牡**」神氣相濟相和，真氣直叩玄妙之門，此「**相和**」是內丹修煉永恆不變的「**常道**」。知此「**常道**」則曰「**常**」。「**知常**」則洞達陰陽，同乎造化、故曰「**明**」。

【益生曰祥⓭。心使氣曰強。物壯則老。是謂不道。不道早已。】

⓬ 三尸：即三關識神。人出生後，元精元氣元神化作三尸識神。（參第五十章註解6、7、8）

⓭ 祥：此解喪祭名。古時父母死後十三個月以後祭祀曰「小祥」，死後二十五個月而後祭曰「大祥」。老君此「祥」字解作喪、死。

何謂「益生」？「益生」有二種：

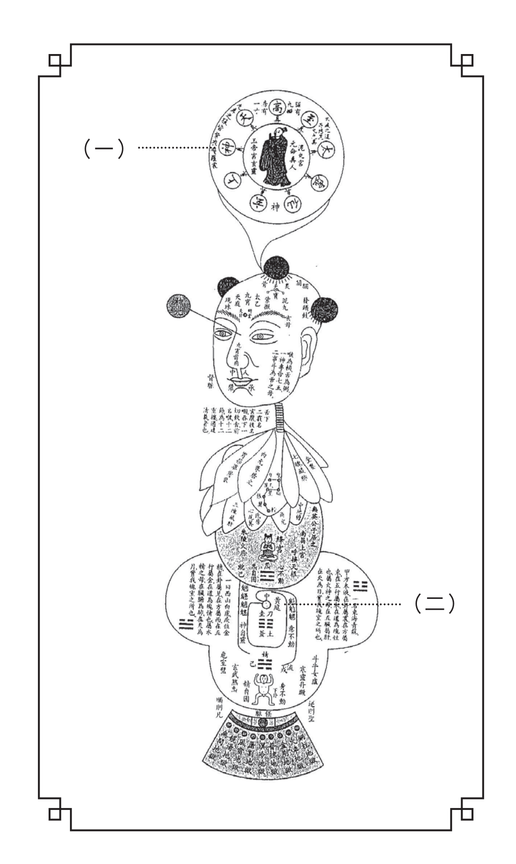
（一）以貪愛衣食求富亨。

（二）修行者、妄行運氣，服五金八石（古稱外丹之物），以助其修補，亦謂益生。世人貪欲，盲修瞎補，殊不知反為其戕（自殺害），益生反為生之害。古時修者亂服外物，包括金屬、礦物、植物等，以冀望助其氣，提升修煉或補陰虛，然外葯非己身之陰陽調和真氣，反為害身之禍胎，故云「祥」。即邁向喪死之路，益生反招喪身。

修丹者、煉氣時，心不平，則妄動使氣，或借外物丹葯行氣，不行正道，以邪氣使氣，失自然之道，如斯者，氣散則精枯，精竭則形枯。故曰：「心使氣曰強」，強、木之枯槁也。過強則壯，故曰「物壯則老」，物之既老，未有不死！此等不當使氣之法，是謂「不道」，乃速其死也，故曰「不道早已」，已者、絕也。

本章旨：

老君教人逆修回復赤子，嬰兒之體，返回先天乾象（真靈、元性、精氣神合一）。此章內修譬詞難明，明朝佛學憨山大師公元一五四六至一六二三年，詮譯此章經文，禁不住加一註腳：「老氏修養功夫，源頭蓋出於此（此、指老君教人逆修回赤子之法），而後之學者，不知其本，妄搆（構成）多方旁門異術，失老氏（即老子）之指多矣！」



老君教人行修丹法，須憑自身「**真氣**」，切不可亂服外丹**五金八石**，否則邪氣害身，反招喪命。故曰「**益生曰祥。心使氣曰強。物壯則老。是謂不道。不道早已。**」

（一）先天**元性**，比於嬰兒赤子。「**真靈**」不為外物所傷害。「**含德之厚。比於赤子。毒蟲不螫。猛獸不據。攫鳥不搏**」。
（二）**腎水**與**心火**相濟，互相**匹配**而變成**黃芽**，結胎仙後溫養於黃庭。

內丹修煉過程譬語如下：
- 神氣交媾，如牝牡、胚胎交接。故曰「**牝牡之合而朘作**」。
- 胎氣柔弱如嬰兒，溫養於黃庭。故曰「**骨弱筋柔而握固**」。
- 神氣交媾，又可比喻為「龍吟虎嘯」，兩物在人身小天地內互相**鳴叫和應**。故曰「**終日號而不嗄。和之至也**」。
- 人修煉至此，神氣相和，與天道合，故曰「**和**」。
- 人能持守「**和**」，明陰陽造化之妙，曰「**常**」、曰「**明**」。

《道德經》五十六章

【知者不言。言者不知。塞其兌。閉其門。挫其銳。解其紛。和其光。同其塵。是謂玄同。故不可得而親。不可得而疏。不可得而利。不可得而害。不可得而貴。不可得而賤。故為天下貴。】

此章言聖人所以為天下貴者，以其善得所養，妙契忘言，而能與道玄同。純外講。

外講：

【知❶者不言。言者不知。】

真能明道的人，非不得已時是不輕談道的，因為真知者是貴行不貴言的。故曰「知者不言」。

好於炫耀自己的人，高談闊論，行為乖張，反而不是具真知識，真見解的人，故曰「言者不知」。

【塞其兑。閉其門。挫其鋭。解其紛。和其光。同其塵。是謂玄同。】

根據上言，對「道」真知的人，踐行於道時，心性時常保持安靜無妄的態度來應世，包括：

（一）塞其兑、閉其門：兑為口、為説，聖人常緘默自守，不口舌。閒時關閉心神外馳之門户，使妄念不生。

（二）挫其鋭、解其紛：此指接物説，處事不自見、不自矜、不逞露鋒芒，但這柔順自然的冲和之氣，却能挫弱世間偏激反常之暴戾。

（三）和其光、同其塵：明理的人，理萬物而不染萬物，處萬事而不為事累，賢人混跡於社會之中，不能逃離塵相，惟用真知德行來潛移默化世人。奉道之士，在家修行，謂之「火宅修行」，即是和光同塵之修持。

是謂玄同：此句是總結上文之言，上文所言塞兑、閉門、挫鋭、解紛、和光、同塵，皆是與世玄同之妙義。「玄」、天也、人能行此事，是謂與天同道也。

上文挫其鋭、解其紛、和其光、同其塵四句，在文字面上看來與上篇第四章完全相同，可是其中所指的義理卻由「道」之功用轉移到行道人的身上來了。

第四章所言是指「道」來説，大意是天地陰陽「冲和之氣」能平復世况、挫消世間偏激之鋭氣，化解世間紛紜。

❶ 知：知識、見解。

【故不可得而親。不可得而疏。不可得而利。不可得而害。不可得而貴。不可得而賤。】

真知明理的人，以道德為貴，道德在世人之稟賦上亦本平等，不生人我分別相，亦無計較愛憎心。既無內外之分，豈有親疏之別，那有利害之論、高下之等、貴賤之殊？故聖人以萬善同歸、以竟「玄德」、以潛移默化來引渡世人，以竟「玄同」。

【故為天下貴。】

這句結語是指真知明理的人，在潛移默化世人後，不求名爵之貴，是不可見、不可知的超然至極之貴，世上還有什麼可以比得上呢？故說「故為天下貴」。

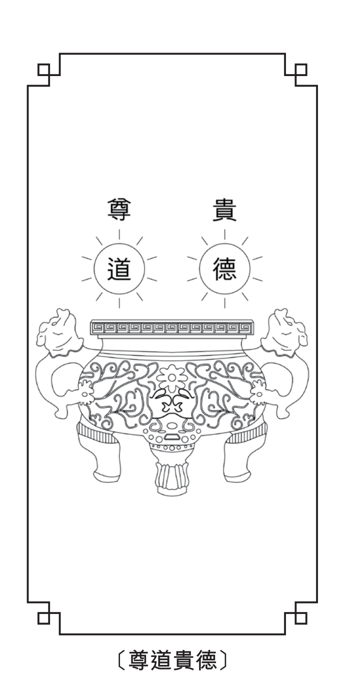


〔孔子問禮於老子〕

- 「知者不言」：懂得「真道理」的人不輕易談道。
- 「言者不知」：隨便高談闊論，不是懂得真道理的人。
- 明道者具以下優點：慎言、不驕、不顯露鋒芒、不存偏見，用道德來感化世人。故曰「塞兑、閉門、挫鋭、解紛」。
- 「和光同塵」：大聖人如老子曾任東周藏室史。（掌管圖書館的史官）
- 聖賢具備上列德行，是與天同道。故曰「玄同」。

本章旨：

老君言「玄同」之真象是「民胞物與」，無「親疏」之分，亦是「無人我相」，更無利害之判，對待眾生是「一律平等」，所以就無「貴賤」之別了。不過在完成這「玄同」的功夫上，必先塞兌閉門的充實自己，挫銳解紛的勇於實踐，然後再和光同塵的一任無為方可。



〔尊道貴德〕

- 聖賢尊道貴德，接物待人絕無：親、疏、利、害、貴、賤之分。故曰「不可得而親、而疏、而利、而害、而貴、而賤」。
- 聖賢其行超然，不求名顯貴，所以是天下最為尊貴的人。故曰「為天下貴」。

《道德經》五十七章

【以正治國。以奇用兵。以無事取天下。吾何以知其然哉。以此。天下多忌諱。而民彌貧。朝多利器。國家滋昏。人多伎巧。奇物滋起。法令滋彰。盜賊多有。故聖人云。我無為而民自化。我好靜而民自正。我無事而民自富。我無欲而民自樸。】

此章言治天下國家者，當以清靜無欲為正，而不可用奇巧。純外講。

外講：

【以正❶治國。以奇用兵。以無事取天下。】

以正治國：治國之道用正法，依天理人性之常，不悖事理，不謬天時，以自然正常之法則施治之謂正。

以奇用兵：相反，用兵之道是以「奇」為正，蓋兵乃不祥之器，聖人治世，非不

得已之時是不用的。假若因保境安民或懲治不道，為一時之需而用兵時，這就要以出奇制勝為法則，使戰事早日結束，減少人命傷亡。古聖云：「治則用禮樂，亂則用兵戎」，蓋此意也。

以無事取天下：老子指出在一切正常法中，所舉出最正常之正法，作為治天下萬世不易法則，是以無事者就是無為，也就是導民反樸自治，人民不刻意求取仁義道德等一切好名相，使天下人不在好名相之下求治，而依自己之自性於自然中自省自治，這就是「無事取天下」之意，這亦是老君心目中最崇高的治國、治民、民自治的理想目標。即是今天我們所說的自覺、自律、自我約束。

正

【以正治國】

以中庸不偏不倚之道來治國。

【以奇用兵】

兵非不得已時才用。用出奇制勝之兵法，使戰事早日結束，減少傷亡。

❶ 正：是不偏不倚，如道德仁義，尊賢親民。

【吾何以知其然哉。以此。】

老子說：我何以知以無事取天下是最好之法則呢？答曰「以此」。就是指下列幾項：

【天下多忌諱❷。而民彌❸貧。朝多利器。國家滋❹昏。人多伎巧❺。奇物滋起。法令滋彰。盜賊多有。】

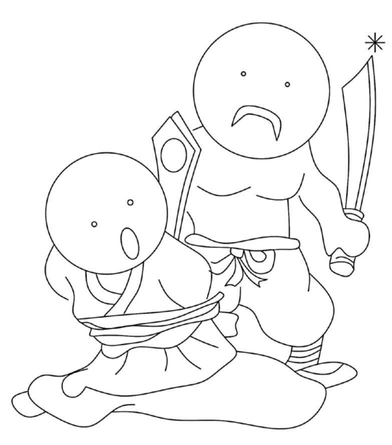
無事取天下

【以無事取天下】
以無為道德來感化人民，來治理天下。

【多忌諱。民彌貧。】
法禁多了，百姓就越加貧困。

【朝多利器。國家滋昏。】
武器多了，國家就越混亂。

【人多伎巧。奇物滋起。】
人們伎巧越多，邪物就越多，如今天社會，人們不務正業、醉心於賭博、投機事業等，這是不健康的風氣。



【法令滋彰。盜賊多有。】

官吏貪贓枉法，嚴刑峻法下，是盜賊逢起時。

以上八句，如連貫起來亦可視為一個國家由建立到滅亡之過程：如立國之初，必設煩令和限制以建國家秩序，繼之為保衛成立之國土由武備而擴充武力，這時之國家秩序就要開始昏亂了。人民到這時亦因習於澆漓（風俗浮薄），所以棄正業而崇尚伎巧，於是便有鑽隙覓洞之民，同時亦有貪贓枉法之官了。隨之為政者不得不增立嚴法苛政，寧枉毋縱，以期制止國家之昏亂動盪。可是在嚴刑峻法壓迫下之人民必又起來反抗，到所謂盜賊逢起之時，也就是國家將亡之時候了。故這八句亦可視為一國興亡之過程。

【故聖人云。我無為而民自化。我好靜而民自正。我無事而民自富。我無欲而民自樸。】

說到這裏，老子為證明他的「以無事取天下」之盡善盡美起見，乃以古人所言之四句話，作為統治者、明道者行無為而治之說明證驗：

❷ 忌諱：避忌某些言語或舉動（舊日專制社會時代，統治者立的不合乎情理法例）。
❸ 彌：遍及、滿、益、增加。
❹ 滋：益、增加。
❺ 伎巧：度權能量，校其伎巧短長。

（一）無為而民自化：我在感化人民時，首先是不強出私意，順乎天而應乎人，不施異政，則人民是不教而自化了。

（二）好靜而民自正：我欲民格方正時，是自己先虛心恬淡，篤守無為，常持清靜不受私妄之挑撥，人民效之，所以亦能自靜自守，人民這樣就未有不方正的了。

（三）無事而民自富：我不勞民力，不擾民業，不征重稅，自己不貴貨斂財，則人民自會安居樂業而自然富足了。

（四）無欲而民自樸：我欲人民樸厚篤實時，首先自己要泯除人欲之私，不事妄想，則人民自然就賤貨而貴德，純實誠樸之本來面目自會重現了。

無為而民自化　好靜而民自正
無事而民自富　無欲而民自樸

聖人無為而治的德化：

「無為民自化」：順天應人，不施異政 。
「好靜民自正」：清虛自守，民自方正 。
「無事民自富」：廉潔公正，百姓取財有道，安居樂業。
「無欲民自樸」：以百姓心為心，感化人民，民復樸實。

本章旨：

擾民之有為治國及無事用兵皆非本章之所宗，因為不依天理人性來治國，逞強侵略而用兵，皆落有為，兵者、不得已而用。故老子本章之真正所屬之要點，全在勉語統治者或在上位者「以無事取天下」之一句上。

《道德經》五十八章

【其政悶悶。其民淳淳。其政察察。其民缺缺。禍兮福所倚。福兮禍所伏。孰知其極。其無正邪。正復為奇。善復為妖。民之迷。其日固久。是以聖人。方而不割。廉而不劌。直而不肆。光而不耀。】

此章是承繼上章無為治世之道，推移至人生的福禍、得失與天地自然的規律。純外講。

外講：

【其政悶悶❶。其民淳淳❷。其政察察❸。其民缺缺❹。】

這四句是說無為與有為之治作比較：

（一）無為之治：一國之治若是政簡刑清，悶悶然似混濁不清時，這正是不事私智政事，寬裕的表現。故其民德反而淳厚篤實，故曰「其政悶悶。其民淳淳」。

（二）有為之治：相反，若一國之政治是嚴苛過緊時，這是私智周密，善惡不容於

毫髮之表現，因此其治下之人民也要處心積慮的思鑽隙之策，從茲民德反要涼薄不實了，此即是政繁民薄的意義。故曰「其政察察。其民缺缺」。

以今天社會而言，老君上文四句可引用東方朔名句來形容現實景況：漢東方朔❺名句：「水至清則無魚。人至察則無徒」。大意謂水太清，魚就無法存身，要求別人太嚴格、苛刻，就沒有人能當他的夥伴。比喻管理者若過份計較別人的缺點與過失，就不能容人，也沒法留得住人才。

無為而治

【其政悶悶。其民淳淳。】

無為而治，政簡刑清。

嚴苛法例

一……

二……

三……

【其政察察。其民缺缺。】

有為而治，政繁民薄。

❶ 悶悶：沉默不出聲，渾樸意。

❷ 淳淳：質樸敦厚。

❸ 察察：分別、辨識。

❹ 缺缺：不滿足。

❺ 東方朔：西漢辭賦家，於公元前一五四年出生，距今約二千一百多年前。

【禍兮福所倚❻。福兮禍所伏❼❽。孰知其極。其無正邪。正復為奇。善復為妖。】

人世間之樂福憂禍，乃陰陽界中之既定原數，任何人都不能憑權力止住不變。凡人有禍，正是否泰之轉捩點，此時在人事上如果檢點過去，和反省自身，那麼過後將有福至，故福本於禍。凡人有福，亦是泰否之轉捩點，在人事上如果是富則不期侈而自侈，貴則不期驕而自驕，若是既侈且驕，禍必將至，故禍本於福。

關於禍福、正奇、善妖之進一步詮釋，參《呂祖全書》卷十八〈天人理一章〉第二十三內文：

人之一生。或富或貴。或賤或貧。或**窮**或**通**。或**壽**或**殀**。**亦無一定**。**修德之至**。**則賤者可貴**。**貧者可富**。**殀者可壽**。**窮者可通**。故人之得失。主之於天。**雖人定可以勝天**。**而天定更可勝人**。天人交感。其理一也。富貴貧賤。循環無端。青門種瓜人。舊日東陵侯。富貴可常恃乎。居朝參知政事之人。即昔日被人譏之瞌睡漢。貧賤可以欺乎。是以聖人體天之道。執天之行。居富貴而**不**驕。處貧賤而**不**憂。樂天知命。心若太虛。太上曰「**福兮禍所倚**。**禍兮福所伏**。**孰知其極**。**其無正耶**。**正復為奇**。**善復為妖**」。故人之一身，與天道相表裏。

關於孽障禍福之相因相隨，詳參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第十二章〈孽與障〉及第十五章〈循環之道〉，便可明瞭因果相生之道。

❻ 倚：依仗。靠著。

❼ 伏：藏匿。

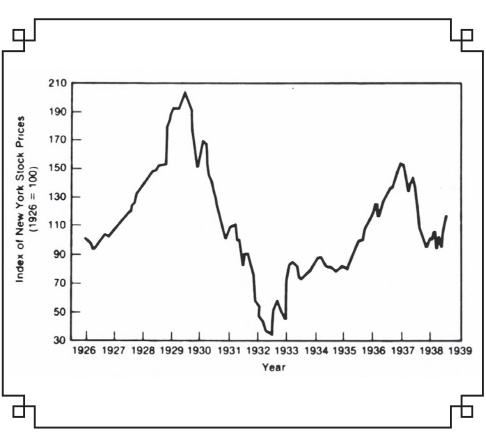
❽ 倚伏：指事物相互依存，相互影響。

福

禍

【禍兮福所倚。福兮禍所伏。】

- 人生「福」本於「禍」，「禍」本於「福」。修德者、否可轉泰，失德者、泰可轉否。泰：盛、順。否：衰、逆。
- 明道者、體天道而行，樂天知命。
- 以上禍福、正奇、善妖、陰陽交錯之道，世人多迷惑。故曰「民之迷。其日固久。」



【正復為奇。善復為妖。】

現今社會，投機者倘貪婪無度，則富可變貧。上圖為大蕭條股票市場圖表。

【民之迷。其日固久。】

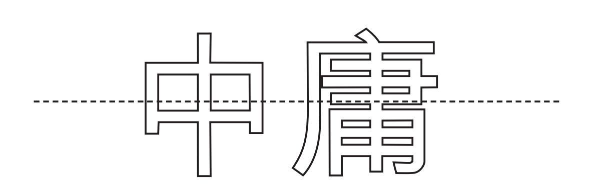
以上禍福、正奇、善妖相互交錯之陰陽定律，世人終日活在患得患失、執迷不悟的圈子裏，實在是由來已經很久的了。

【是以聖人。方❾而不割❿。廉⓫而不劌⓬。直而不肆⓭。光而不耀。】

明了事物轉化規律的聖人或管理者，當以**全性之真**用事，凡事先以無為出之，不計報酬，不住善惡，而在感召羣眾上亦以啟發其自性之本能為第一義事，故聖人：

方而不割：以不方之方為方，如太過方正就成為察察其政了。

廉而不劌：**真**正的**廉**並非專注行為上之表現，全在於人所不見之內心質素，如在**內**在外根本沒有貪欲之**心**，這才是**真**正的**廉**。因此聖人並非在人為上秋毫**必**察，如專注於行事則就流成造作有為，傷人自尊，惹人反感。



【方不割、廉不劌、直不肆、光不耀。】

聖賢明白陰陽禍福交錯，行事取**中庸**：
- 不過方正，否則水清無魚，找不到夥伴、人才。「**方不割**」。
- 心廉正。「**廉不劌**」。
- 不矯枉過正。「**直不肆**」。
- 不炫露光芒。「**光不耀**」。

直而不肆：矯枉過正的是謂肆，聖人之發心用事，全率自性之自然而行，因時因地因人因勢，全依客觀環境之自然，行其當行之道，無過無不及。

光而不耀：聖人之心光是含藏於內，不以光明而自炫耀。

本章旨：

統治者或現今之管理人，應以無為來德治社會，來啟發人類其自性之本能。世人若明白禍福，善妖相伏相倚之陰陽順逆原數，就不必為生機而樂，為殺機而憂，得失禍福泰然處之，不怨尤人，順天應命來配合聖人無為而治的大同社會，這才符合老子本章之真意。

❾ 方：方圓之方，指體正本者。

❿ 割：災害。損害。

⓫ 廉：不苟取，與貪相對。

⓬ 劌：刺傷。

⓭ 肆：明顯、擴張。

《道德經》五十九章

【治人事天。莫若嗇。夫唯嗇。是謂早復。早復謂之重積德。重積德。則無不剋。無不剋。則莫知其極。莫知其極。可以有國。有國之母。可以長久。是謂深根固蒂。長生久視之道。】

此章言「嗇」，教人離「慾」復元性。分外、內講。

外講：

【治人事天。莫若嗇❶。】

本章最要緊之一個字是「嗇」。老子教我們「不以人害天，不以物傷性」。「人」指物欲，「天」指性德。我們要珍惜與生俱來的天德，不要被物欲腐蝕，不使氣質動心。治人包括人事上之一切交接，就是慳惜精神，勿用機智，傷人殺物（包括殘殺動物、無故燒毀植物等），用天理真情來處事，是曰「治人嗇」。「事天」乃窮天理之玄秘者，應天道、順四時之謂。

【夫唯嗇。是謂早復❷。早復謂之重積德。】

早復：治國者當愛民財，不為奢泰，治身者、遣除邪妄淫欲，除三毒（貪嗔癡）、避四關（酒色財氣），愛惜人身天賦與之「精氣神」，才能先得「天道」及「早回復」性真之謂。

重積德：明道之人，洞曉「早復」來應治人、事天。不作逐物背理之狂妄行為，處事理物上皆是善德行為，此「德行」累積愈多愈厚，故稱謂「重積德」。

【重積德。則無不尅❸。無不尅。則莫知其極。】

道德至此，愈積愈厚了，雖不用才智籌策，可是對任何事情之處理上都能勝任有餘。在上者能以這「德心」存天地之理，事合萬事，雖非有心圖之卻能勝任一切，這連自己也不知這道德力量之極限是多麼大，更不知其邊際止於何處，此之謂「莫知其極」。

【莫知其極。可以有國。】

像這不知道自己所積的「德行」力量是如何大的人，才可以負起化世治國的責

❶ 嗇：粵音式。節省。慳吝。愛惜。
❷ 早：早者、先也。
復：復字、《易經》第二十四卦，是復卦不遠復之意。或回家，陽氣歸來。
❸ 尅：能、勝。

任，而將國家、社會委託他來治理。

【有國之母❹。可以長久。】

道德浩蕩，莫知其極的人，才可以將治國之大事交付給他。按下篇第五十二章「天下有始。以為天下母」。唯有依母的天德來行事者，才可以使國家社會長治久安，此之謂「有國之母，可以長久」。

【是謂深根固蒂。長生久視之道。】

萬物不能無「道」而生，天地不能無「道」而立（道德、倫常），既生立之後，人生須依母道來修身應事，如是者、則如長治久安一樣，亦可以長生久立而不敗。就像高大樹木之根之深和柢之固一樣（曼根曰根，直根曰柢），這時之樹木才能茂盛長青不枯。長生久視，「視」是現象存在，「久視」即是長久存在。

以道德（母性）來治國，則國運可興隆而長治久安。故曰「深根固蒂。長生久視」。



外講：

聖賢、統治者：
- 用天德、天理來處事理民。是曰「嗇」，愛惜天性，不殘虐百姓、動物及不會無故燒毀植物等。
- 以善德愛民來治理國家。是曰「重積德 」。
- 政德積厚，如此方能交託天下與他/ 她來長久托管。故曰「有國之母。可以長久」。

內講：

關於深根固蒂，乃指命之根與蒂，參《醫道還元》卷七〈性命洞源詳解〉內文：

呂祖曰：命基何在？命者、即天之所命，人自禀天地之氣以生，內具生生之本，皆天之所命，惟命於天而凝成於人身中，謂之命基。基者、如宮宇之基址，數仞之高宮，皆從此起。又如樹之着土處，萬千千枝，皆由此發生。此「基」字之義也。命基所在言之，其基在乎「元精」，元精者，天一之清，水之本體未落後天之真水也。「元精為命基也」，但人自知識既開，牽於情欲而「元精」遂化為後天之「濁精」，又復加以嗜味肥甘，一切陰濁等物，以佐其陰，致陰盛精漏，遂把天一之元精，消歸於無有，亦安得不死？故修持之士必須固蓄，使後天之精感真火帶而上騰，化歸天一之清。

命又有「蒂」焉。蒂者，如果之蒂，憑此乃可結成果。「命蒂」言之，人禀天地之真氣以生，此氣常運轉於周身之內，謂之「真息」，精津血液皆賴他驅策運化，乃不凝滯。此「真息」即人之元氣，與後天口鼻之氣不同，口鼻之氣，乃先天元氣所化成，故修持輩必使此真息周流運轉，貫徹周身，無時止息，謂之「綿綿」。蓋「真息」能綿綿不絕，則精津血液皆不凝，久之而盡化為輕清，此「真息」所以為「命之蒂」。人但為百邪所耗散，故不生真息，只存口鼻之濁息耳！古來証道成真者，皆

❹ 母：此指道體、道德。

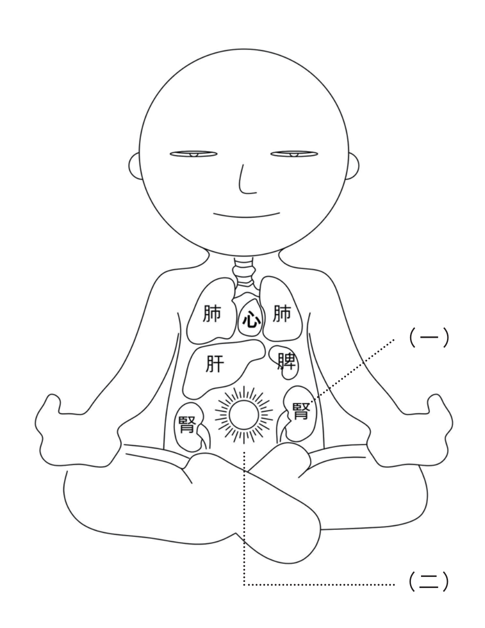
由「固其命之基與蒂，養成真身，此假形雖壞，而真身獨長存」。太上所云「**深根固蒂**」**，蓋即指此「命」之所在而言也。**

內講：「深根固蒂」

編者按：人入世後，先天元精受後天諸般情欲所蔽，化為「濁精」，呂祖師教人去欲除妄，固蓄後天之精感真火帶而上騰，化歸天一之清。名曰「深根」或「固命之基」。

人稟先天之元氣自出生後，化作後天口鼻之氣。修丹者，須自發其丹田爐火於黃庭（修真圖七號穴），「真氣」生，驅策運化精津血液使不凝，久之化為輕清，「真息」於身周流運轉竅穴百脈，貫徹周身，綿綿不絕。名曰「固蒂」、即「固命之蒂」。

修丹道者，能固命之「根蒂」，乃可長生。



（一）深根 (命之基)
固蓄腎之真水

丹法：戒嗜味肥甘， 不貪口舌之欲。寡情去欲，除妄入靜，使後天之精感真火帶而上騰，化歸天一之清。

（二）固蒂 (命之蒂)

丹法：真氣(真息)綿綿，周流運轉一身竅脈，使精津血液皆不凝，久之而盡化為輕清。

本章旨：

老君以「嗇」字教人離妄欲而復歸先天之元性，通曉嗇性者，可修身、治人、事天，更可固「命之根與蒂」，反樸還原，重返先天無為聖道。

《道德經》六十章

【治大國。若烹小鮮。以道蒞天下。其鬼不神。非其鬼不神。其神不傷人。非其神不傷人。聖人亦不傷人。夫兩不相傷。故德交歸焉。】

此章老子用烹小魚方法來喻治國、事人，並論陰陽鬼神之玄理昭示世人。純外講。

外講：

【治大國。若烹小鮮❶。】

老子以小魚喻治大國，並不以大魚為喻者，因小魚之本體柔弱，經不起翻弄，恐其糜爛。烹小魚不能多事翻動，故治大國亦是一樣。如法令層疊，朝令夕改，標奇立異，反覆無定時，則人民亦因無所適從而習於澆薄了。故治大國實像烹小魚一樣，在火候上要恰得中道，先後緩急得宜，這樣則魚全而肉不潰。

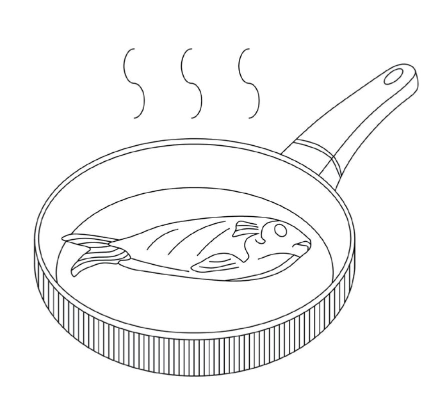
【以道蒞❷天下。其鬼❸不神❹。】

所謂「德重鬼神欽」，有道者蒞臨於天下，世上善人多、惡人少時，鬼怪等亦是唯「道」是尊的，當神者神，當鬼者鬼，鬼安其鬼位，不敢犯人，邪不入正，不能傷害自然之民，不再越界而強稱「神」，是即「其鬼不神」。

【非其鬼不神。其神不傷人。】

繼上言，在有道德的大同社會下，鬼安其鬼位，不敢取冒神作祟。老子在「其鬼不神」上加一「非」字，「非」者作不但解，這是說不但鬼不再冒神作祟，就是處於陽明之神亦安

❶ 小鮮：小鮮魚。
❷ 蒞：臨、到。
❸ 鬼：鬼之道，得其陰氣之正者是謂鬼。
❹ 神：神之道，得其陽氣之正者是謂神。



【治大國。若烹小鮮。】

治理一個很大的國家，要像烹煎小魚那樣，不時常翻動。喻法令不可朝令夕改，否則人民無所適從。

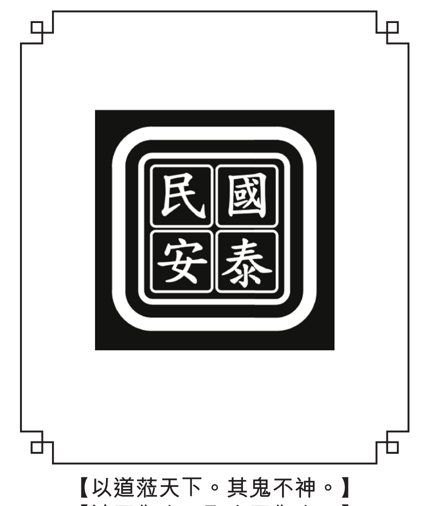
其神位，庇佑天下善良，絕不會傷害人民，此之謂「其神不傷人」。

【非其神不傷人。聖人亦不傷人。】

以上二段所言，神鬼各安其位了，鬼不作祟，神庇善良。這回老子才將話題引到人類之本身上來，因之老子乃說不但自稱神者不傷人，（因在有道者之蒞臨天下，人類為有道者之感召，人民由感化而明理的皆能自治），善多惡少，為政者亦可免刑戳苛政，不再以上傷下，此之謂「聖人亦不傷人」。

【夫兩不相傷。故德交歸❺焉。】

有道者蒞臨天下，人民獲福吉祥，鬼神各安於陰陽，天下萬類盡納於一團祥和之氣氛中，天上、地下、人間一體，鬼神與人各不相傷。如斯則人得治於陽，鬼得治於陰，人得全其性命，鬼神得保其精神，故曰「德交歸焉」。



【以道蒞天下。其鬼不神。】
【神不傷人。聖人不傷人。】

道重鬼神欽，道德治天下，民安國泰的社會：
- 聖人以「德」來治理國家，不以刑戳、苛政、重稅來傷害百姓。
- 鬼、神各安其位，不會傷害人民。

〔三才圖〕 <周易集註>

道德之士蒞臨管治，天下安泰。
- 和氣沖塞天地，陰陽和、草木興。
- 天地人三才（神、人、妖魔、鬼怪）各安其位，互不相侵。故曰「德交歸焉」。

本章旨：

老君用烹小魚以喻治人治事，聖賢蒞天下，人民自治安泰，則善多惡少，祥和之氣充塞於宇宙，天地陰陽二氣和冲，乃得陰陽和，萬物生之昇平現象。相反，倘不道者臨於天下，背道失德，小人當道，公義不存，道義淪亡，五常不張，八德盡毀，侵略橫邪，導致戰禍頻生，人民生命塗炭。如近世發生的一、二次世界大戰，傷亡之慘烈，為人類史上之最重者。上天有好生之德，大地有載物之厚，無奈禍福無門，由人自召。不道者臨天下傷天和，民性習於殘暴涼薄，戾氣❻沖天地，由此則天道不常，而劫孽隨之而降人間，此所謂「天地大小之劫，自應以應數分別還原」之因果循環原理。由此可見，鬼神加害人民，並非鬼神之過，皆因不道者、失德之士臨天下干傷天和，所以這才招致鬼神之害也。

❺ 交歸：互相歸於一體，有殊途同歸之妙義。

❻ 戾氣：人類不斷造罪惡、互相殺戮、殘害忠良、違反天理，戾氣或殺氣、冤氣，積聚成黑氣，冲上雲霄不散，最後轉變成劫孽。上天不得已乃降罪於人間，以劫消劫。災劫降人間，除戰亂外（即人禍），其他天然災害如大地震、水災、火災、旱災、瘟蝗疫癘（惡性傳染病、厲疾）等均屬劫孽相侵。

《道德經》六十一章

【大國者下流。天下之交。天下之牝。牝常以靜勝牡。以靜為下。故大國以下小國。則取小國。小國以下大國。則取大國。故或下以取。或下而取。大國不過欲兼畜人。小國不過欲入事人。兩者各得其所欲。故大者宜為下。】

此章言處世若能虛懷若谷，以謙下為處事，則無事不成，無德不立。分外、內講。

外講：

【大國者下流。天下之交❶。天下之牝❷。】

治大國應當像居下流之水一樣，最低窪的地下才是百川匯聚的地方。大國者，天下士民之所交會也。當政者，常以謙下為懷，萬民自然會歸服他。故曰「大國者下流」。

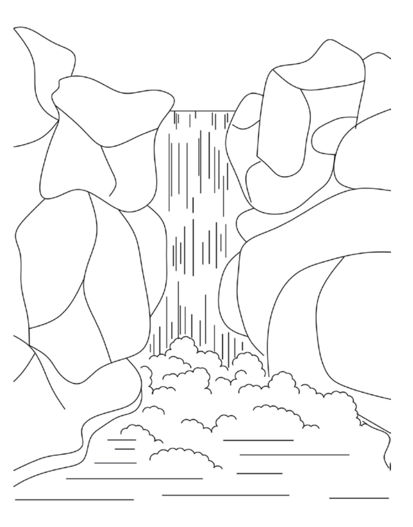
治大國者真能「居下流」，那麼萬民視他就像母親一樣，自然會圍繞在他的治

下。「天下之牝」，「牝」、陰類也，柔和而不倡。女所以能屈男，陰勝陽，以其安靜，不先求，謙下。老君以牝為陰性為眾牡（陽、男）之所歸，在此喻母（陰、柔）為眾子女所親之意。

【牝常以靜勝牡❸。以靜為下。】

牝為陰以靜為主，牡為陽以動為主。如自古以來，皆曰陰陽，而不曰陽陰，此示以靜為本。老子復以陰靜陽動之喻說，如牝之陰處於靜位，故常勝牡之陽動，這牝之靜就是上言之「若居下流」，如流動之百川（喻牡、陽）終必流向一個低窪之靜潭（喻牝、陰）處而後止，由此看來這牝常勝牡之原因，實亦因為常居於下之故。

❶ 交：交滙點。
❷ 牝：粵音聘。雌性。指陰性、柔和。
❸ 牡：雄性，為陽、為男。



【大國者下流。天下之交。天下之牝。】
【牝常以靜勝牡。以靜為下。】

- 大國的統治者，要像江海安於處在卑下，萬民自來歸順。
- 如此謙下，周邊地方長官、百姓也會像百川一樣歸從，如子返歸母親懷裏。
- 百川流動喻牡（陽），終必流向低窪靜潭、喻牝（陰）。老君喻陰（靜、柔）勝陽（動、剛）。

【故大國以下小國。則取小國。小國以下大國。則取❹大國。】

承上言，既知謙下處低才是容納匯聚之最好方法，所以身為大國者若能謙下的禮待小國，則小國必心悅誠服自會歸順他，此之謂「則取小國」。還有身為小國者若能謙下有禮的對待大國，就能得到大國之信任而成大國之一環，此之謂「則取大國」。

【故或下以取。或下而取。大國不過欲兼畜人❺。小國不過欲入事人。】

大國謙下以取小國之信任，或小國謙下禮尚而取大國之信任，大國之目的只不過若水之善利萬物一樣，是以「德」來兼善小國，而小國之目的亦不過若水之就下而欲與大國滙通，「入事人」是求容於人，也就是歸服大國之意。若能如此，天下雖分治，實際已成統一之局，這是德化的統一大同社會，天下就自然相安無事了。老子的理想目標，是教導世人以謙下為懷，才能完成「大德敦化」之目的。

【兩者各得其所欲。故大者宜為下。】

上言大國與小國既都以謙下為懷，使各國都得到了所期之目的，身為大國者必須先以謙下禮待小國，這才能感召眾小國轉向歸來，如此才能成為天下之交和天下之牝（牝、靜，川



〔春秋末期，諸侯割據自立〕
【大國以下取小國】【小國以下取大國】
【大國兼畜人】【小國入事人】

- 大國謙下禮待小國、小國歸順。
- 小國被大國之信誠感召，必來歸順。
- 如此、大國以「德」來兼善小國。小國求容於大國，天下大同。

能達到彼此互融互信，大國必須先以謙下禮待小國。故曰「大者宜為下」。

谷下流〉，此之謂「大者宜為下」。

老君生於春秋末年，距今約弍仟伍佰多年前，適時乃中國歷史上的一大分裂時期，諸侯割據自立。老子倡「大者宜為下」來希望各小國、大國建立互信平息戰爭。現今國與國（不論大小）亦應效法老君之倡議來和平共存，是之謂「大同」。

內講：

「腎水」處人身下（處下），內丹譬語曰鉛曰牝曰靜，「心火」在上，譬語曰汞曰牡曰動，丹功真氣使「鉛伏汞」，即靜（牝）勝動（牡）。倘靜（牝）不能勝動（牡），靜坐時焉能降伏心之妄動而生真氣？概因人心火性浮躁好動，刻刻在燃燒。關於「鉛伏汞」，詳參本書刊導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉題目：〈抽鉛添汞〉。

本章旨：

治大國與處世之道都是一樣，凡欲成完美之結果必居謙下之位以求之，這樣才能衆心悅服而羣歸之，但以權勢凌下者自己乃居於上，那麼上下兩者在貌合神離，積忿不滿之情形下，終必離心離德而後已。

❹ 取：此指取「信」之取，完全是以德作媒介的。

❺ 畜人：順從。容留。

《道德經》六十二章

【道者。萬物之奧。善人之寶。不善人之所保。美言可以市尊。美行可以加人。人之不善。何棄之有。故立天子。置三公。雖有拱璧。以先駟馬。不如坐進此道。古之所以貴此道者何。不曰有求以得。有罪以免耶。故為天下貴。】

此章是讚美「道」，即道與德。萬物由道而生，由道而育，由道而成，萬物一時一刻也不能離道，即《中庸》曰「道者也，不可須臾離」。純外講。

外講：

【道者。】

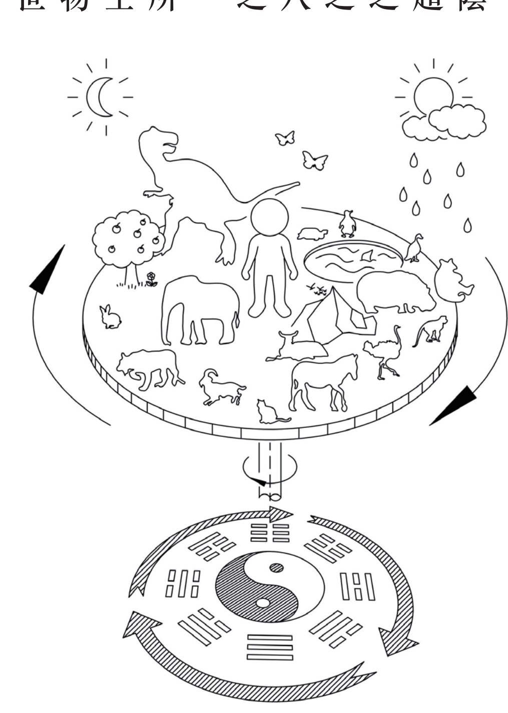
「道」育萬物，「德」庇羣生，老君所言之「道」，可分為外修與內修之大道：「外修」即有為之道：如倫常之道，即父子有親、君臣有義、夫婦有別、長幼有序、朋友有信。又如八德之道，即孝悌忠信、禮義廉恥。

「內修」即無為之道：修煉「精氣神」，還原先天無極大道。參本書刊導讀八〈太上道祖內修篇〉第二章〈精氣神之運用〉。

【萬物之奧❶。】

一奧之所藏，納五行而生陰陽，一妙之所在，取兩儀而超太極者，二者均在「一道」之中。道育萬物，必含「奧妙」之「道」在焉。參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉第十章〈奧妙之道〉。

按呂祖上文、「奧」之所藏：納五行、生陰陽，即道生一、一生二、二生三、三生萬物之玄理。參本書刊導讀一〈創世紀/宇宙生成論〉。



【道者。萬物之奧。】

「道炁」生育萬物。人類雖進入科學時代，但仍不能知宇宙及萬物之源，是謂之曰「道之奧」。

❶ 奧：凡物不知其源者曰「奧」，凡事只見其相而不明其來去者曰「妙」，此奧妙之理也。

【善人❷之寶。】

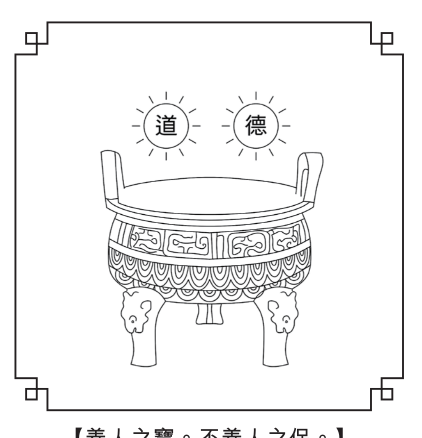
真明道的上善人，視「道」為唯一至寶。

【不善人❸之所保❹。】

尚未明道的不善人，雖然有時不能循道而行，但「道」並不因不善人未能寶視此「道」，而有所拋棄不理，仍然是毫無計較分別的暗中加以保護，如天地之不棄頑劣一樣，不善人是仍要承受「道」之庇護的。

【美言可以市尊❺。美行可以加人❻。】

明道的人，苦口婆心的導人登上道梯時，則就在無形中可以換得至極無以復加之尊位，這是比世上任何一切之榮耀尊貴得多，故曰「市尊」。如三教及其他宗教聖人般的行道於世時，其最後之成就是加過（超越）他人的。故曰「加人」。



【善人之寶。不善人之保。】

「道」與「德」乃世間上至寶之物，聖人、賢人、明道之士，學而尊行實踐。尚未明道者，大道從未放棄失道之人並仍然保護他們。



【美言市尊。美行加人。】

- 三教及其他宗教聖人、佈道者，導人向善、棄邪惡，其言行鍼言，當為後世人所「尊」，故曰「市尊」。
- 聖人、哲士有教無類，持耐心善誘未明道德的人。故曰【人之不善。何棄之有】。

【人之不善。何棄之有。】

明道的人在發揮美言美行時，對尚未明道的不善者，以耐心度化，循循善誘，導於正規，待其能夠自覺自行時，自會懺悔自新。故對不善的人，「道」尚一視同仁而不偏離，那麼身為行道的人，怎能拋棄他們呢？

【故立天子❼。置三公❽。雖有拱璧❾。以先駟馬❿。不如坐進此道。】

立天子是「尊」，置三公是「貴」，有拱璧是「財勢」，先駟馬是「威勢」。這些都是世人貪住的榮耀，但卻無一件是永久的。在歷史上有很多帝王將相，到如今還不是風流雲散？除了南北山頭臥土泥之點點遺蹟，留給世人作惆悵之弔念以外，過往

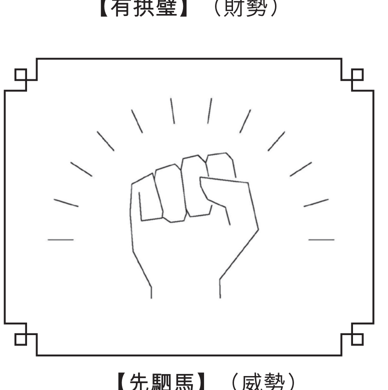
❷ 善人：指真明道的人。
❸ 不善人：指尚未明道的人。
❹ 保：保護。
❺ 市尊：是換來尊貴的地位。
❻ 加人：是高過他人。
❼ 天子：古代以君權為神授，謂君主秉承天意治理人民，故稱天子。
❽ 三公：周朝官制（距今約二仟六佰多年前），置太師、太傅、太保，是朝庭最大的卿臣。
❾ 拱璧：以雙手捧起的大美玉璧，可謂珍貴之寶。
❿ 駟馬：古代一車套四馬。駟馬是為天子或大臣們所乘，極具威嚴。

的榮華富貴還有什麼呢？

老君這幾句話，是有當頭棒喝作用的。所以若談到真實不妄的真正榮耀時，終不如：「坐進此道」，如真能坐進此道、不論有為及無為之道德，都是永遠的受益。

【立天子】（尊）【置三公】（貴）

【有拱璧】（財勢）



【先駟馬】（威勢）

以上權勢、財富、地位，老君咸認為是過眼雲煙的短暫人生。不及「道」與「德」的修為是最著實受益的。故曰「不如坐進此道」。

【古之所以貴此道者何。不曰有求以得。有罪以免耶。故為天下貴。】

由此看來，古人哲士所以貴此「道」（道與德），而不以世間之榮華富貴為貴之原因是什麼呢？說穿了就是「道」之於人，有求必應，不論世間之賢與不肖，只要虛心求之，人人皆可習而行之。「道」是平等不分階級的，世人有罪無罪亦無關係，只要肯懺悔自新，放下屠刀，功德可以免罪（赦免或減輕所犯的罪），這不是有罪可免

嗎？道的功用就是這樣的神聖萬能，所以就成為天下唯一尊貴及永遠不能替代的東西了。故曰「為天下貴」。



●人能修習躬行道德（外修），可成賢人、君子。
●能內外雙修，更可成真、成聖。
故老子曰「貴此道、求以得。罪以免、天下貴」。

本章旨：

「道」與「德」的最大寶貴處，除了可以「市尊」和「加人」以外，尚有一點是「有求以得，和有罪以免」，因為在世間諸法上說，無處不是階級的劃分，貧與富、尊與卑、貴與賤、強與弱、上與下等，此是天地成形後，便產生後天對峙的度數（參上篇第二章）。故在可見的衣食住行上都是不平等的現象。只有「道」與「德」才是絕對平等的，那麼我們若能信受奉行，則人人均可達到「其成功一也」之地步。

《道德經》六十三章

【為無為。事無事。味無味。大小多少。報怨以德。圖難於其易。為大於其細。天下之難事。必作於易。天下之大事。必作於細。是以聖人終不為大。故能成其大。夫輕諾必寡信。多易必多難。是以聖人猶難之。故終無難。】

此章言大、小、多、少，教人解決或處理事情由小開始則難可變易。純外講。

外講：

【為無為。事無事。味無味。】

為無為：可分世俗人與明真理的人作比較。世人作事皆有為、弄智巧、顯露才能。明道的人觀察入微，先機而動，不與人爭取有為，不露形迹，亦不見其作為，固曰「為無為」。

事無事：世人是有所事而從事，重功業名利，事必着相。明道者作事從道體而發

心，在似無事之中見其所事之功，故說「事無事」。

味無味：世人都是因為有趣味而從事，這趣味更都是根由自己之大篇理想而產生，若與自己之理想不合趣味不投，則雖好事亦不願意從事。明道人不因趣味而生好惡、率性真出、味其無味，故說「味無味」。

賢者作事不存私心、不強爭、取中庸，合乎義理之性。

【大小多少。】

老子這四個字說明賢人與世俗人在大與小、多與少的不同看法：

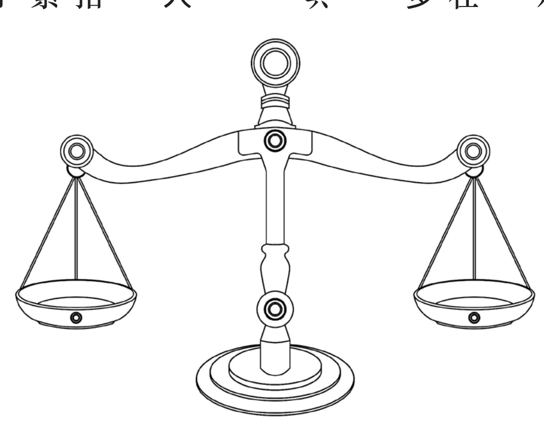
世俗人：在分別對待中總是斤斤計較，如眾人是以大為大、以小為小。事多為多、以少為少。

明道的人：因本道體之心，固無計較心。在分別對待中以小為大、少為多。因此對大小、多少等之分別就作等量齊觀了。

【報怨❶以德。圖難於其易。為大於其細。】

世人是德怨分明，故以怨報怨、以德報德、甚或以怨報德的也有。怨者、恨也，世上事最大而難解者、怨也。然怨之開始，偶因一言之失、一事之差、遂結合構成怨恨。倘積怨深憤，可招致殺身滅名，敗家亡國之禍，甚至父子子孫、累世相報而未停止者。老君教世人學習聖賢、以小為大、以少為多及肯吃虧的道體去解決怨恨。

這個方法就是：怨之初結，事甚小，既結

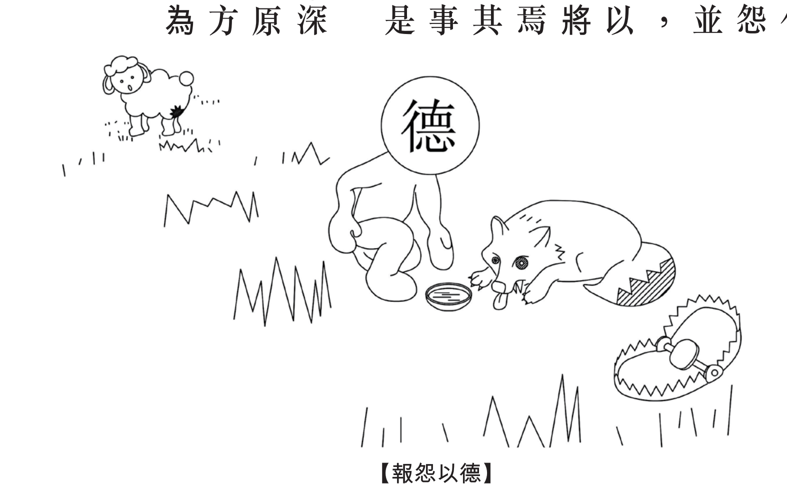


俗人以大小、多少計較利益輕重。聖人則等量齊觀，氣度寬宏。

也、當以怨事為無與於自己，故無固執而不化之心，亦無有我以與物為匹敵，時間過去，怨事或可消之。他人或對方，察看我這個人並不記恨，胸襟開闊，早已忘記或原諒了對方，因此亦不會再去想報復。能如此者，對方必以我為德，是所謂「報怨以德」。但非是曲意將德以報怨，皆因天下之事至難者，有至易存焉（即難解決的事情中有容易處理的方法存在其中）。而至大者，有至細存焉。（即大困難事中，存在精細的入手解決竅門）。最重要者是世人能否洞識難易、大細的玄竅。

老君用解怨恨作比喻，明道者，於怨恨未深時，即是結怨初起時，事其小，不去計較及原諒對方，則對方被明道者之「德」感化，雙方怨恨自消於無形。即老君謂「圖難於其易，為大於其細」。

❶ 怨：恨也。



【報怨以德】

老子教人解決消除彼此怨恨，要從怨之初結着手，要有肯吃虧受辱的寬心，用「德」來感化對方。怨對便可消除。即凡事解決問題，要從初萌芽去落手。亦即老君曰：「圖難於易、為大於細」。「難事作於易、大事作於細」。這樣才能「成其大」。

【天下之難事。必作於易。天下之大事。必作於細。】

由報怨以德的化解事例來引證，天下的難事，必是從容易的時候作起的，天下的大事，必是從細小的事情作起的。

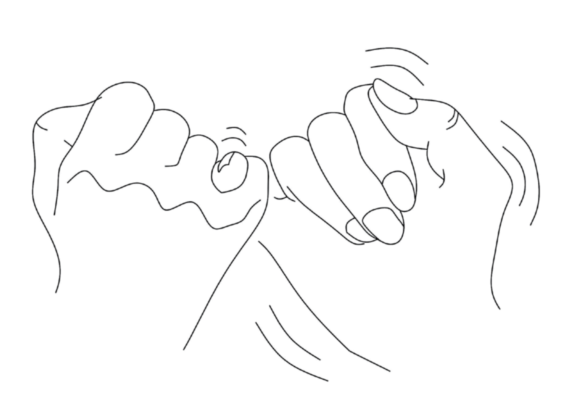
【是以聖人終不為大。故能成其大。】

聖人是不肯捨小而為大，捨易而圖難，不會妄想不切實的大目標，所以這才終能成就其大事。

【夫輕諾必寡信。多易必多難。】

老君言及至此，抑恐世人把「易」字當作容易，輕易字看，故誡世人不可將事作容易看。如人誇大口以言語輕諾於人，待事至時就不能踐其言，最終必食言而寡信。故凡見事之容易而輕為者，必有始而無終。是故「易」字，非容易也。故曰「多易必多難」。

【是以聖人猶難之。故終無難。】



【輕諾必寡信】【多易必多難】

- 作事要深思熟慮，不可輕易許諾，否則定失信於人。
- 聖人作事，把容易的看作困難，謹慎而為，那便易於處理。故曰「聖人猶難之。故終無難」。

明道的人，對事寧把容易的看為艱難的，這是難於其易，不難於其難。如此，雖說聖人是以「易」為「難」的，其實是無難。

本章旨：

明道的人以「為無為，事無事，味無味」來「守道」。以「大小多少」作等量齊觀不與別人計較，治天下難事從微細入手，以易作難，則處事無難矣！

上文教人大處着眼，小處落手，即是從大的目標去觀察，從小的地方去動手，比喻既要從全局和長遠的觀點出發去考慮問題，也要在具體事情上一件件地做好。故「圖難於其易，為大於其細」文字句，實是作人創業之要諦。

《道德經》六十四章

【其安易持。其未兆易謀。其脆易破。其微易散。為之於未有。治之於未亂。合抱之木。生於毫末。九層之臺。起於累土。千里之行。始於足下。為者敗之。執者失之。是以聖人無為故無敗。無執故無失。民之從事。常於幾成而敗之。慎終如始。則無敗事。是以聖人欲不欲。不貴難得之貨。學不學。復眾人之所過。以輔萬物之自然。而不敢為。】

此章是承上章（六十三章）未完意而發，上章言「為無為」，是守道行事。本章末句言「而不敢為」，都是教人依循於道。純外講。

外講：

【其安易持。其未兆❶易謀。其脆易破。其微易散。】

其安易持：當世道安平的時候，是容易持守的。

其未兆易謀：當事情還未見兆端的時候，是容易圖謀的。

其脆易破：脆弱的東西，容易破碎。

其微易散：微小的東西，容易消散。

【為之於未有。治之於未亂。】

為之於未有：凡是成功的事情，多是於事態尚未發展之前已着手了。

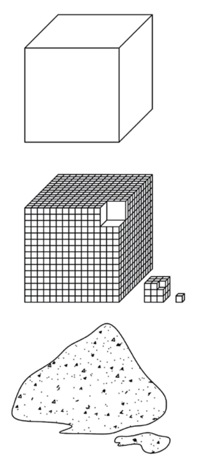
治之於未亂：凡是有治效之社會，社會未作動亂之前已落功夫安撫預防了。

以上六句，是反覆說明上章第六十三章「**圖難於其易**」的意思。

【合抱之木。生於毫末❷。九層之臺。起於累土。千里之行。始於足下。】

老子對上章，又舉出幾個例子為說明：

合抱之木、生於毫末：合抱之大木幹，它



- 世道安平、穩定，是容易維持的。
- 事情並沒有顯著變化時，要改變它較容易。同樣地，脆弱的東西，容易打碎。細小的東西，容易消融。



【治之於未亂】

要在問題還未發生的時候，把事情處理好。

---

❶ 兆：事情發生前的徵候或跡象。

❷ 毫末：是毫毛的尖端、最細小了。

是從幼小的樹苗生長出來的。

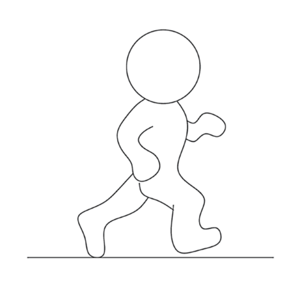
九層之臺、起於累土：九層高的高臺，也並非突然而成，乃是高從下築起。

千里之行、始於足下：千里的遠行，是一步一步開始的。

以上六句是再申說明上章「為大於其細」的意思。

【合抱之木。生於毫末。】

【九層之臺。起於累土。】



【千里之行。始於足下。】

是故事物發展，必由小至大，按步而行，慎始慎終，不可自以為是，盲目去幹，否則必敗。故曰「敗之、失之」，「無執無失」，「慎終如始、則無敗事」。

【為者敗之。執者失之。】

為者敗之：以上的道理，可見凡事物都是由無自然發展到有，一切都由小至大。假若不順物性，不循事理，違反這自然次序而強任私意顛倒時，則沒有不失敗的。

執者失之：以為自己了不起，凡事就執住不放，不納眾意，像這樣的人是沒有不失望的。

【是以聖人無為故無敗。無執故無失。民之從事。常於幾成而敗之。慎終如始。則無敗事。】

是以聖人無為故無敗：明道的人凡事都是無為而為，不存私心妄念，所以到任何時都不會失敗。

無執故無失：賢士不會執著不放，接納不同意見作參考，力求盡善完美，不失道德，所以到任何時都不會失望。

民之從事、常於幾成而敗之：世人作事，往往到將近成功的時候，反而失敗了，這是因為什麼呢？

慎終如始、則無敗事：就是因為世人作事不能「慎終如始」。假若對於一種事情，自開始就是循正道而行，直到最後，仍是不敢怠忽，愈近成功，愈益謹慎，這是不會失敗的。

【是以聖人欲不欲。不貴難得之貨。學不學。復眾人之所過。】

是以聖人欲不欲：聖人不同世人之存心和行事，眾人所喜欲的名利權勢，執着不放。聖人卻功成名遂而後身退，無所為無所執，故曰「欲不欲」。

不貴難得之貨：名利權勢在世人眼中如同難得之貨一般，看得異常貴重。可是一

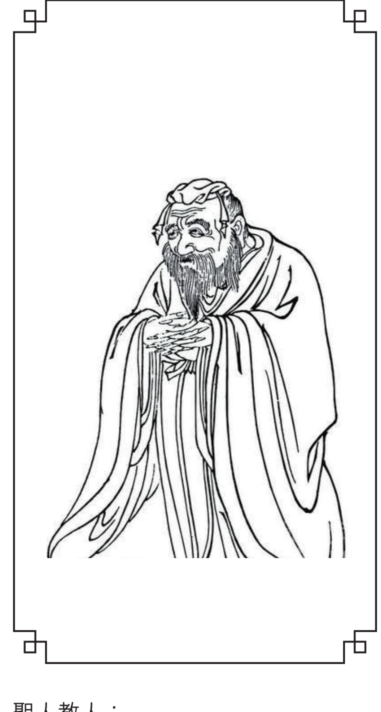
個有道的人，他是不貴重這些的。

學不學：世人所學習的都是追名逐利之知識，可是聖人卻看透了這一點，所以就從這眾人所學之陳容中解脱出來，不學眾人之所學（姦巧權詐等之學）。

復眾人之所過：明道的人不學眾人之所學，不持聰明而狀似愚人，但他卻能將眾人所「超過者、濫用者」恢復過來（過者如嗜欲過甚，濫者如濫用智權圖私利，濫砍殺動植物，和傷害別人等歪邪行徑），引導世人，改正過來。故曰「復眾人之所過」。

【以輔萬物之自然。而不敢為。】

聖人、賢人於天地間行道、默化世人，在萬物之自然狀態上，有其輔助之力量。明道的人是不會自作聰明的逆天道而改變自然，一切倫常道德的事，聖人絕不敢改變其自然恆常的天律道理。



聖人教人：
- 不執不著。「欲不欲」
- 不重視稀奇貴重的貨物。「不貴難得之貨」
- 不學亂人心扉的東西。「學不學」
- 引導世人，糾正邪行，改過自新。「復眾人所過」
- 回復天道自然，觀天之道、執天之行。「輔萬物之自然」

本章旨：

聖賢是輔助天地萬物之自然生態，與「無為而為」之道相輔而成，一切事理都是由小至大，作事不會中途而廢，始勤終怠。文中字句「復眾人之所過」之一個「過」字、觀今天社會人生百態，是極為恰當，因人心之荒潰和世風之澆薄，其病源皆發於這一「過」字上。如過其本、則為末，過其實、則為華，世之所學，皆趨於物質文明、侈慾、享受、浪費方面，對生態環境造成嚴重破壞，實際是完全過格，因此才都成為物質之奴役了。世人實際是犯了「過」字。今老子言復眾人之所過者，正是棄眾人所過之學而復本來樸實之意。

《道德經》六十五章

【古之善為道者。非以明民。將以愚之。民之難治。以其智多。故以智治國。國之賊。不以智治國。國之福。此兩者。亦楷式。常知楷式。是謂玄德。玄德深矣遠矣。與物反矣。乃至大順。】

此章強調為政、治身在於真誠樸實，否則人民趨向狡猾偽詐，國無寧日。純外講。

外講：

【古之善為道者。非以明❶民。將以愚❷之。】

上古善於行道治身治國的人，不用巧智奸妄、玩弄機巧、爾虞我詐的手法，而是善於法「道德」的純樸之性，真誠治身理民。故曰「明民」是巧

【善為道者。非以明民】
【民之難治。以其智多】

- 善治人者，以「道」的純樸化民。
- 百姓難治，皆由於他們有太多的心機。

詐，「**愚之**」是道德行為。

【民之難治。以其智❸多。】

人民之所以難治，就是因為巧智太多變成奸狡虛偽之緣故。

【故以智治國。國之賊。不以智治國。國之福。】

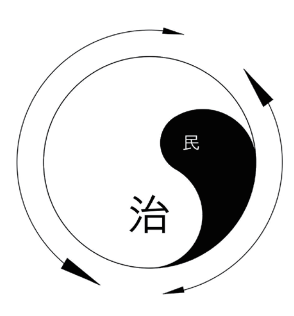
故以智治國，國之賊：承上言，治國理民的人倘用智謀巧術，以自私己利作前提，以名利物欲之享受來權謀社會，像這種所謂「智」來理事治民，那麼人與人之間就相交以偽，上下以詭相欺，像這樣的國家社會那能不亂呢？故曰「國之賊」。

不以智治國，國之福：相反不以奸智來治國理民，以真誠無妄的道德來與民相交，社會便平靜和諧，那便是老子理想中的「無為而治」，那就是「國之福」了。無為而治，百姓「道德行

❶ 明：機智巧詐。

❷ 愚：渾厚淳樸、真誠自然。

❸ 智：此指人性後天被物欲蒙蔽而出現的自作聰明、智謀巧術，而非與生俱來的良知、睿知。



【智治國、國之賊】

- 用心機巧詐治國，必引起爭鬥。
- 相反，用真誠無妄的道德來與官民交，百姓愚朴和平共處。故曰「**不以智治國、國之福**」。
- 上述兩種治國方法，是國家興衰的模式。故曰「**此兩者，亦楷式**」。
- 取大德、玄德來治國，百姓回復先天真智慧和聰明，處事接物有異於貪婪無盡的俗士。故曰「**知楷式，是謂玄德，玄德與物反，乃至大順**」。

為」，發自本心。

【此兩者，亦楷式❹】

兩者指：

（一）以偽善巧智來治國：凡用巧智愈多，愈難收拾，遲早必大亂，甚至出現朝代興替，這便是治與亂、興與衰之歷史興亡楷式。我們可追溯歷代興亡史便知其道理了。

（二）以道德真智來治國：以「道」治國，拋開妄智，百官上下以真誠相交，善用了無為而治之作用，故這就成了治亂安民之法則楷式了。

【常知楷式。是謂玄德。】

治亂之楷式既明，知道了妄智之不可持，那麼不再以「奸智」來治國治人。能知治身及治國之法式，是謂與天同心同德，是曰「玄德」。

【玄德深矣遠矣。與物反矣。乃至大順。】

玄德之人，深不可測，遠不可極。玄德之人，是以道德來教化導人，即施惠於人。而世人以物欲益己，以智勝人，貪求無厭，玄德是與俗物反異不同，故曰「與物反矣」。躬行玄德者，是依「天道行而萬物順，聖德修而萬民化」之原理來處事接物，故曰「乃至大順」。

本章表面上看來好像是老子之愚民政策，尤其是在現今科技猛進之時代，人們向

求知啟智上發展，咸認為這才是富民強國之道。其實老子所謂愚民之正解，是明白後世之人，必被後天的「知」與「欲」作聰明和妄生欲念蒙蔽，而先天的真智慧便失掉作用。故老君教人「將以愚之」，實為教人真明、真知、除去後天的假知妄欲、回復先天的聰明睿知。

老君心目中的愚者，是若昏悶悶的人，雖若愚若拙的不及於人，可是卻能含德不失道德，故這愚者實乃真明的人。

本章旨：

老子提倡以無私的真智來作治國的模式，納民於淳樸篤實之治風中，不過在上下交征利，與人心極度澆薄之趨勢中，欲挽頹風而成優美和諧之社會，這當然亦非易事，理想未必能見於事實。但老子這位大聖人，並不因不能實現而不提倡，如現今社會、道德淪亡、世道日非、乃仍見有道者及宗教人士，起來高呼重整道德，匡扶世道，其理想目標，不若與老君相契合乎？



❹ 楷式：法式。

《道德經》六十六章

【江海所以能為百谷王者。以其善下之。故能為百谷王。是以聖人欲上人。必以言下之。欲先人。必以身後之。是以聖人處上而民不重。處前而民不害。是以天下樂推而不厭。以其不爭。故天下莫能與之爭。】

此章借江海之喻，教人要謙卑。純外講。

外講：

【江海所以能為百谷❶王者。以其善下之。故能為百谷王。】

江海所以能成百川歸往之王者，是因江海能善於處於下位，故才能成為百川之王。「王」是天下歸往之稱呼。

【是以聖人欲上人。必以言下之。欲先人。必以身後之。】

因此明君要想統治人民，必須用謙虛真誠言辭及實踐來對人民。要想領帶人民，必須把己身的利益放在人民的後面。

【是以聖人處上而民不重❷。處前而民不害。是以天下樂推而不厭。】

民不重：領導人雖高在萬人之上，以其不用權威凌下，所以人民就沒有吃重受壓之感覺。

民不害：明君善於居後，其名雖站在萬人之先，以其不作勢力來驅策，所以人民就沒有遭受迫害之感受。

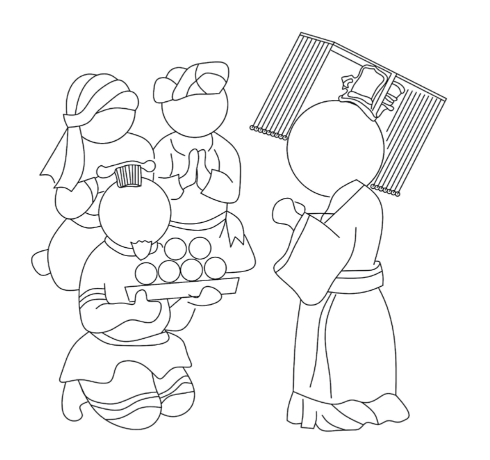
樂推而不厭：賢君統治、百姓安居、天下人就聞風而至，衷心樂意的推戴他，不厭棄他。

【以其不爭。故天下莫能與之爭。】

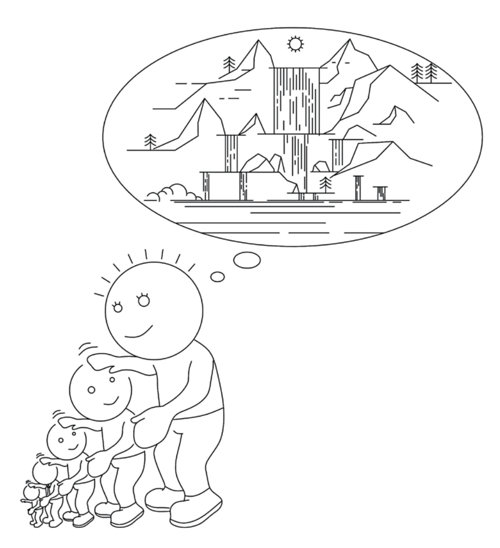
聖賢治世以「後其身而身先、外其身而身存」為依歸，善於處下居後的保有不爭之德時，那麼天下人也就不與他相爭什麼了，天下人既不與其爭，那麼這聖人之德業便永久長存了。

❶ 百谷：即百川，蓋川流皆由山谷流出故也。

❷ 重：此指受壓力負重之意。也就是無形的壓力。



百姓擁護謙恭、不與人爭逞的君王、賢士，那麼天下沒
有誰能與這位賢士爭雄了。



- 聖人或統治者、雖居於上位（上流），必須親民與民共處患難安逸。故曰「**以其善下之，故能為百谷王**」。
- 君王要禮賢下士，把己益放在百姓後面。故曰「**欲上人。必以言下之。欲先人。必以身後之**」。
- 能如此，雖然君王在百姓之上，但百姓不覺吃重受壓、受傷害。故曰「**處上民不重，處前民不害**」。
- 百姓推舉擁戴賢君或統領者。故曰「**天下樂推而不厭**」。

本章旨：

偉人道愈高，其德愈廣，愈要謙卑自處，能如此者才能像百川匯集於江海一樣，天下自然樂於歸順。

《道德經》六十七章

【天下皆謂我道大。似不肖。夫惟大。故似不肖。若肖。久矣其細也夫。我有三寶。持而保之。一曰慈。二曰儉。三曰不敢為天下先。夫慈故能勇。儉故能廣。不敢為天下先。故能成器長。今捨慈且勇。捨儉且廣。捨後且先。死矣。夫慈以戰則勝。以守則固。天將救之。以慈衛之。】

此章言慈、儉，不為天下先，教世人邁向大道。純外講。

外講：

【天下皆謂我道大。似不肖❶。夫惟大。故似不肖。若肖。久矣其細也夫。】

老子重申言「**道體**」無大小之分，「**道**」的形述，參本書刊導讀八〈呂祖外修篇〉總論〈論道〉內文：

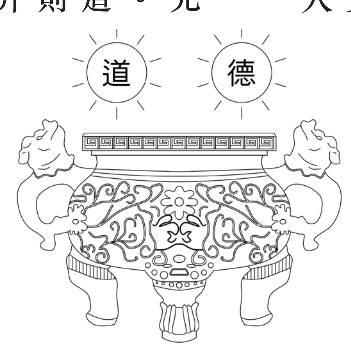
大道之行也，沛乎天地之間，「**道**」**無形**而運行日月，「**道**」**無體**存

於衆生之中，「道」無量可載萬物，「道」無窮可爕陰陽。道之微妙，既不見、亦不聞、更無色、亦無觸、五蘊不沾，七情不染，又如雷電風馳、瞬息失其所在，若有若無，似實亦虛。

依呂祖所示，「道」之為物，大略分為：

（一）無為之道：道炁判分陰陽、化生萬物。陰陽二氣互調互爕，使天地升降有序，四季互更替。日（陽）月（陰）往來，晝夜循環。人能修煉精氣神（參修真圖一、二、三號穴）「三品」，可從後天返回先天無為大道。

（二）有為之道：即倫常：父子、君臣、夫婦、兄弟、朋友。及八德：孝悌忠信禮義廉恥。人能恭行倫常八德，即盡人道之本，亦是道家重要修行功課，謂曰「外修」。而內煉則屬「內修無為之道」，行逆修法，效天地升降、日月往來、陰陽調爕之道，奉道者、躬行「內外雙修」，則近道矣。



【天下皆謂我道大】

- 「道」不能以言語來形容其大或小。人能修道返回先天無為大道，則曰「得道」。故曰「道不肖大、細」。
- 「德」 行持為後天有為之道。大小德行、由人自修。

❶ 肖：類似、相似。

「道」可有亦可無：人能持道修行，能修實踐者堪稱「道德之士」，倘不修則無。「道」可生不可滅：道化生萬物，含倫常八德永恆不變之真理存焉，故可生不可滅。

按呂祖所示，「道體」是無形無狀，無象之象，不見、不聞、無色、無觸、無大小，惟其體用於萬物，則巨細無遺。奉道者可選擇外修（修善立德）、內修（靜坐煉丹），故「道」之體用，放之則彌六合（東南西北上下），卷之則退藏於密。老君申言「道」不可以言大，亦不可以言小，全端視乎「道」，其體用應於人而見大小者。

故曰「道大、似不肖」：因「道」不能用「大」來形容它。不肖、不類似。

故曰「若肖、久矣其細也夫」：「道」也不能用「小」來形容，若可以的話，早就是細小不足道的東西了。

【我有三寶。持而保之。一曰慈。二曰儉。三曰不敢為天下先。】

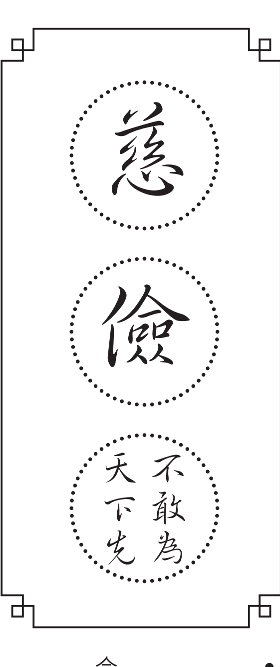
老子說我有三種珍寶，是我一生持守不失的東西。

第一種叫做「仁慈」：因非「慈」是無以度世，慈之施佈範圍極廣，可說是無限大，這是沒有界限的。

第二種是「儉約」：因非「儉約」無以律己，儉是將自性所本無的東西，盡量削減，如用度要適可，財貨要知足。儉字意，又不能單以用度儉省而說（不單指物質、財貨、享樂等）。其他如氣稟之發洩於性情之流露等，均當以恰符中節為目標，不可過於偏與驕。

第三種是不敢妄作天下先之事情：因一旦有意的為天下先，就要惹起有為的爭

端，這就是成為佈道行德上之障礙了。老子教人不有意的爭為人先，不執着於爭居人上，這樣所得來之成就不但是極其廣大，而且更是長保不敗之唯一善法。



●聖賢、君子，持有三種寶物：

（一）**慈**：守慈為仁愛，故能勇。「**勇**」

（二）**儉**：守儉無貪妄心，故能廣大充足、寬容。「**廣**」

（三）**不敢為天下先**：甘居人後，受人擁戴，故能成萬物之首。「**器長**」

相反，

今世之人不依老子三寶，結果是失敗的：

（一）**捨慈**：變成好勇鬥狠。

（二）**捨儉**：虛誇無實。

（三）**捨後且先**：強爭銳進，終必敗。

【夫慈故能勇。儉故能廣。不敢為天下先。故能成器長。】

慈能勇：慈是人的本性，即「人之初，性本善」。由慈之啟導下，可引伸成為同情、惻隱、仁民、愛物，這些都是善利世人與物的「**慈**」。聖人之慈是普及天下的，不計得失的全力以赴，如耶穌之被釘十字架，是為大道而建立大犧牲之勇氣，所以成為曠時代之聖者。

儉能廣：老子之「**儉**」字，並不單指財貨或自身之儉約，一切外放之意念，統是耗用精神之東西，故老子乃說凡能嗇其精神，儉其妄聞（無益的語言、見聞），不妄用心神和染住物欲時，則本然之真知真明自能廣大充足，此之謂「**儉故能廣**」。

不敢為天下先、成器長：真心誠意的處事理物，自心卻能全無私貪的甘居於人

後，但盡義務不重權利，這樣人民就無不樂意擁護他。所以雖在不爭中亦很容易成為萬物之長者了。「器長」是諸器之長，換言之，即是萬物之主腦。

【今捨❷慈且勇。捨儉且廣。捨後且先。死矣❸。】

依三寶行事，是獲致真正勇敢、廣大、器長之正路，如「不」依此正路，可換來不利之結果：

捨慈且勇：無慈之勇是強梁之勇（即強暴之勇），如發展成好勇鬥狠，殘忍成性時，則死將至矣。

捨儉且廣：捨儉之廣是虛誇無實，易變成搜刮而成之廣，至一心外務淘盡精華時，則亡將隨之。

捨後且先：應後不後而一意銳進，自伐自矜而有己無人，和強爭而來之榮位權勢等，都不會有好結果，其敗亦必速了。

【夫慈以戰則勝。以守則固。天將救之。以慈衛之。】

這是一段結語，在三寶中特別引證「慈」之功效。老子說「慈」是「道」的大用。「慈」之一字勝處有三：

（一）抱慈以戰者、戰無不勝：戰爭是殺機，抗敵保家國，不得已而用兵。善守慈道的人，雖不幸遇到戰爭，有道者還是在慈道之原則下應戰，更不濫殺無辜，敵人雖然強悍，在兇殘和仁慈之比較下，人民就會為保衛仁慈的一方而戰，最後當然是仁慈的一方勝利了。

（二）以守則固：以慈道來守衛國土時，其民所守的城池國家是不會輕易被敵人攻破的。

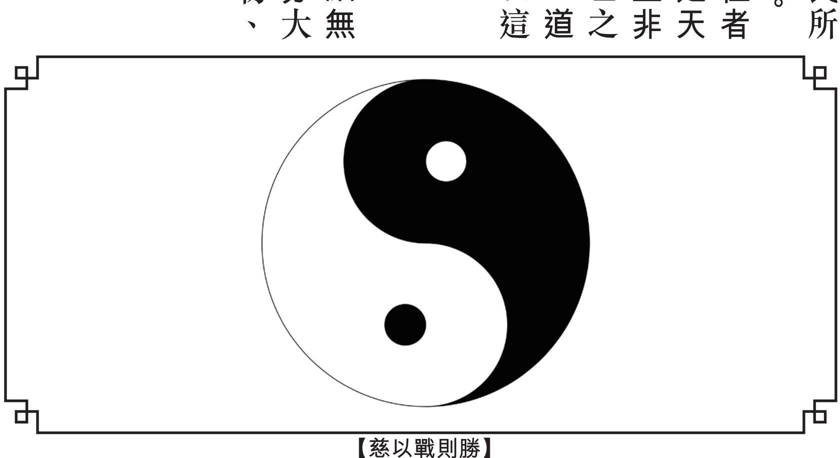
（三）天將救之，以慈衛之：持道者，在上位者既愛惜民命，民反樂為之助，民助即是天助。其實天助者仍是自助，因為天道並非對其有所偏愛，乃是自己先以慈道行世之故，所謂天助者即是所言所行能與天道合一，用兵時，還是以慈為主，所以這「慈」就衛護着你了。

本章旨：

道體無分大小，其體用於萬物，則是「巨細無遺」。「三寶」中、又以「慈」為主，慈道亦無分大慈小慈，慈道的範圍甚廣，可用於事、於人、於物、甚至在兵事上，可用慈戰來打敗強悍殘暴的敵人。

❷ 捨：放棄。

❸ 死矣：此死字、非生死之「死」，言其無生意，是死法，非活法。



【慈以戰則勝】

將軍有寬容仁慈的心，愛民惜命，不濫殺，蒼天必佑。故慈戰必勝，守土必固，天佑其成。故曰「慈以戰則勝」。「以守則固」。「天將救之、以慈衛之」。

《道德經》六十八章

【善為士者不武。善戰者不怒。善勝敵者不與。善用人者為之下。是謂不爭之德。是謂用人之力。是謂配天。古之極也。】

此章以用兵不爭來說教。純外講。

外講：

【善為士❶者不武❷。善戰者不怒。善勝敵者不與❸。善用人者為之下。】

善為士者不武：善為統師的人，不會耀武揚威，不崇尚武力。

善戰者不怒：善於指揮軍隊的人，不在於莽怒，因氣怒心火生，即起誅殺，濫殺之心，大傷天地之和，固善兵者不取。

善勝敵者不與：勝敵而不必與之爭，以不爭之德來降服敵人，不與敵戰而敵自服。

善用人者為之下：善用人者，以眾人之才為才，不自矜其智，善用眾人之智以為

智。推誠布公，集思廣益，所謂卑以下人者此也。

【是謂不爭之德。是謂用人之力。是謂配天。古之極也。】

不爭之德：用兵相爭時，保持不武、不怒、不與之態度，是謂「不爭之德」。

用人之力：統師或領袖善能為之下，不驕不泰，上下一心，所以羣眾也願意為他效力，一人之力有限，合眾人之力就無事不克了，此之謂「用人之力」。

配天之極：統領者能保有「不爭之德」和「為之下」時，這就和天地之道配合，故曰「配天。古之極也」。

❶ 士：士師、即今之將師。

❷ 不武：不逞勇武，不崇尚武力。

❸ 不與：即不與爭。





【不爭之德】

善統者、具不爭之德：

- 萬眾歸心效力。「用人之力」
- 與天地之善道相合。「配天之極」

善於當統師的人，有以下條件：

（一）不耀武力。「不武」

（二）不莽怒誅殺。「不怒」

（三）不爭、以德服人。「不與」

（四）謙下納言。「為下」

本章旨：

興兵動眾之事是違反老子之道，故老子屢次戒之曰「夫佳兵者。不祥之器」。「以道佐人主者。不以兵強天下。」等，非至不得已時，是不輕易而用兵。倘迫於無奈非用兵不可時，也當盡量站在合於「道」之一方面。本章「不武、不怒、不與」和「為之下」，是借兵來說教，並非教人注向兵法。老子之心意，乃主張無為與尚柔之理，將不武、不怒、不與三者納於不爭之德上。管理者，將「為之下」挪用於用人之力上，則人生的行為和處事方法，不論是什麼事情都可以達於上乘的。

《道德經》六十九章

【用兵有言。吾不敢為主而為客。不敢進寸而退尺。是謂行無行。攘無臂。仍無敵。執無兵。禍莫大於輕敵。輕敵幾喪吾寶。故抗兵相加。哀者勝矣。】

此章再借用兵以說明「慈德」之無敵及「輕敵」的為禍。純外講。

外講：

【用兵有言。吾不敢為主而為客。不敢進寸而退尺。】

老子引古之兵事家言，打仗的態度有二種：

（一）主動用兵去攻伐對方，是逞強而主勞，是進寸爭強。

（二）以逸待勞、有備而戰、以靜制動。如敵方壓迫太甚時，不妨暫退一步，待時機成熟而反攻之。因進攻者躁急而退守者冷靜，故真明用兵之道者，是不願爭強去攻人，無意去爭強殺人，寧處被動地位，養精蓄銳以守之，是謂「不

敢為主而為客，不敢進寸而退尺」。

【是謂行無行。攘無臂❶。仍無敵。執無兵。】

行無行：善於用兵者，不顯威武之形迹，不露行軍之行列，無所行動一樣，此之謂「行無行」。其實這並非真的無行動，乃是不願以表面行動來驕人，始合靜制動之意。

攘無臂：攘是出手有所取，如人之以手取物而力在臂，若臂無力則雖有手亦不能取了，今在此章作「出手作戰解」。若出手有力，則死傷即多，善用兵者，既抱退尺不進寸之思想，那麼在不得不攘臂出手以應戰時，其內心並非有心的去爭強，乃被勢迫不得不攘，故這種攘就好似無臂一樣，是以柔制剛之意。

仍無敵：兩軍相戰，不得不戰，但這並非有心的以敵為敵，雖在戰爭的事態中，並無以兵強天下的心，不得已而應戰，心中無敵（無存殺敵之殘殺心），此之謂「仍無敵」此合以慈衛之意。

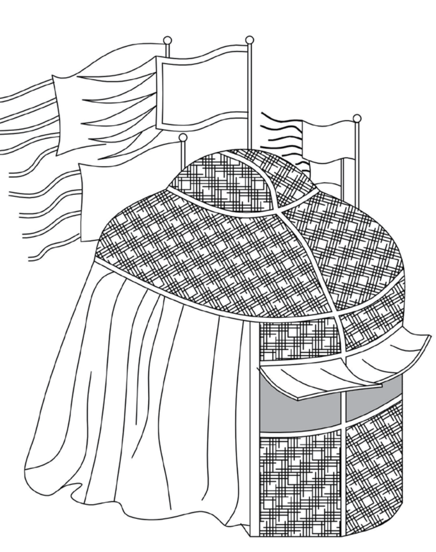
執無兵：明白用兵之道的人，因他並非以殺人為樂事，亦深明佳兵不祥之理，所以雖執兵器亦似無執一樣，非有心的以兇器去殺人，此之謂「執無兵」，是含德不失之意。

【禍莫大於輕敵。輕敵幾喪吾寶。】

禍於輕敵：兵事上最大的禍患就是把敵人看輕了，輕敵必敗。輕敵為敵所乘，主動操於敵方，這時必自亂方寸，在掙扎圖存之危勢下，死傷必眾多。

輕敵喪吾寶：由於輕敵而導致多殺，多殺則傷慈。這就是初輕敵而未備，導致傷亡慘重，有失慈道，故老君說「輕敵」幾乎喪掉「三寶」之慈，即第六十七章所言「慈、儉、不敢為天下先」之三寶。

❶ 攘臂：捋衣出臂，表示振奮。



用兵名言：
- 以逸待勞，無意強殺人，取守勢、不輕易前進一寸，卻願退守一尺。故曰「**不敢為主而為客、不敢進寸而退尺**」。
- 不顯威武行迹，曰「**行無行**」。以柔制剛以減少死傷，曰「**攘無臂**」。不得已才應戰，曰「**仍無敵**」。非有心用兇器去殺人，故曰「**執無兵**」。

相反：
- 輕敵強攻，死傷必眾，故曰「**禍莫大於輕敵**」。
- 莽勇興殺，死傷枕藉，是失慈道。喪掉前章老君所言三寶，故曰「**輕敵喪吾寶**」。
- 是故凶戰是違反慈道、天道。樂於殺人，上天不會佑護，終必失敗。只有具備仁心，哀痛戰爭的統師才是真正的慈勝者。故曰「**抗兵相加、哀者勝矣**」。

【故抗兵相加。哀者勝矣。】

抗兵相加：兩敵相當，不相上下，難於決勝。

哀者勝矣：凶戰違反慈道，於不得已時只可以抵抗之兵來作阻應，但這時之內心仍是懷抱悲哀之心情，視戰爭為不幸事，為保家衛國而奮戰，也就是以仁伐不仁，以道伐不道之戰，結果是沒有不戰利的。

本章旨：

老子再次借兵言道，以證以逸待勞，以退為進之理，自己縱有充實的力量，也不可輕敵好戰。在自身上來說，雖有道德學問或財富權勢，也當斂華務實，不可炫露於人，處世要抱樸自守，不可任性的濫發意氣，逞其好勝之心以炫耀才智。本章老子所言之「輕敵」，此理若用於人生的行為上，就是慎獨嚴謹，此「敵」可指動心之欲和伐性之色欲，我們要視它為敵人，刻刻提防。世上許多沉淪欲海，醉生夢死的人，當初就是過於輕敵，沉迷三毒（貪嗔癡）四關（酒色財氣）之途，不覺墮入迷惘而不知，最終泥足深陷、不能自拔，人生之珍寶（原性）就這樣被自己的敵人吞化了，即老子此章文句「輕敵喪吾寶」之真意，如是人生，豈不惜哉！

《道德經》七十章

【吾言甚易知。甚易行。天下莫能知。莫能行。言有宗。事有君。夫唯無知。是以不我知。知我者希。則我者貴。是以聖人被褐懷玉。】

此章是老子見天下人心已失，偏於見聞，蔽於人欲，舉世滔滔很「難」接受老子之「道」，這才有感而發。此章是「悲世章」。純外講。

外講：

【吾言甚易知。甚易行。天下莫能知。莫能行。】

吾言甚易知，甚易行：老子說：我所言的一切道理，都是至簡至易非常容易明白的，是很容易實行的。

天下莫能知，莫能行：可惜天下人為世俗所染、物欲所蔽，爭強鬥勝不肯謙退一步，所以就輕視了我所說的道理，應知而不能知，應行而不能行之結果。

【言有宗。事有君。】

我（老子）所說的是以「道體」為宗，我（老子）所事的是以「德用」為君，「宗」、「君」皆主也。這些都是萬世不易的道理，人之莫能知和莫能行者，非我之無德，世人之心與我反也。或是我德之暗，不見於外，窮微極妙，故世人無知也？

【夫唯無知。是以不我知。知我者希❶。則我者貴。】

夫唯無知，是以不我知：因為世人太無知了，所以就不會了解我。

知我者希，則我貴矣：殊不知了解我的越少，則我所說的「道」（指道與德）就愈是彌足寶貴，這並不是我曲高和寡而自矜其高，實在是世人不但無知反而自欺。

【是以聖人被褐懷玉。】

被褐懷玉：穿粗布衣而懷美玉。比喻人在美德，深藏不露。亦喻貧寒而懷有真才實學的人。

承上言，世人既迷於妄知妄見，各執成見，自以為是，不肯接納我（老子）所說的道理，那麼我就無甚辦法了，只好效法古人之「被褐懷玉」，老子言下是無限感慨的！

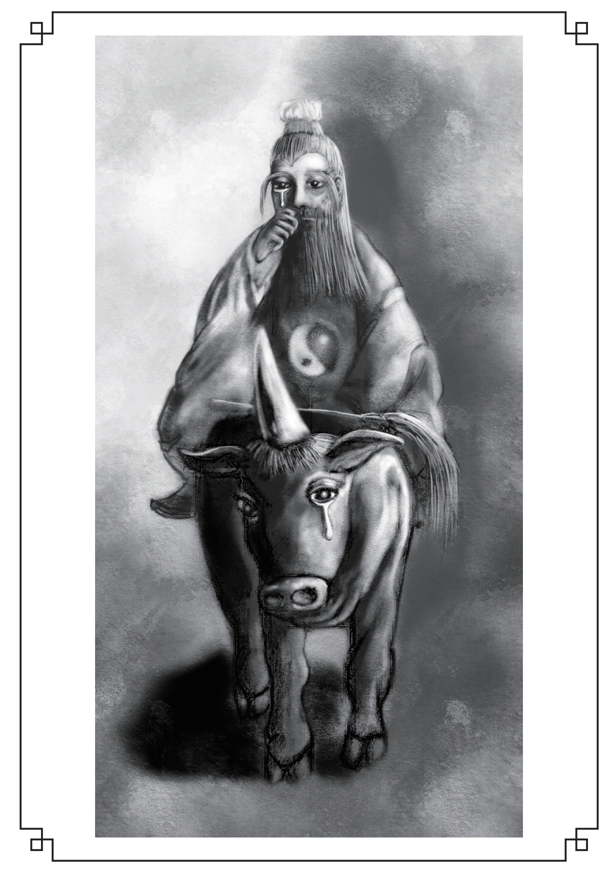
又

被褐懷玉：可比喻丹功深造的修真者。參《參同契》第七章內文：

故鉛外黑，內懷金華，被褐懷玉，外為狂夫。

任法融大師註：真鉛的外表是黑色的，內藏著金華，相似外表披著破舊衣服而內懷著道德的君子，猶如至德聖人，隱晦藏形，外表好像無知的野人。

❶ 希：稀疏、少。



〔悲世章〕

老君説道至此，見人心已失，有感而泣：

- 老君所言道理，是易知易行。故曰「吾言甚易知、甚易行」。
- 惜世人為物欲蒙蔽天性，應知而不知，應行而不行。故曰「天下莫能知、莫能行」。
- 老君所言以道體為「宗」，以德用為「君」。世人不知宗君。故曰「言有宗、事有君」。
- 由於世人不知「道德」的尊貴，曲高和寡，知音稀少，那更顯道君所言的珍貴。故曰「無知、是以不我知，知我者希，則我者貴。」
- 老君見「道」不行於時，演「道德五千真言」授予關令尹喜後，無可奈何地西出〔函谷關〕而去，不知聖蹤！故曰「是以聖人被褐懷玉」！

本章旨：

老子「道德五千真言」言言見道，句句證理，所言本人生之所固有，所行亦人類之所當行，本屬易知易行毫無奇異之處，可是世人之不知不行者，實是打不開世俗之迷圈，捨近求遠故也。孔子之「道不行，乘桴浮於海」❷與老子一樣，只好自守其身。老子說「道」至此，恐怕就是轉向退隱之說明，由此章至以下凡十一章，殆多針對社會人心之時疾而作，間中雖仍對道德之微理有所闡述，但已呈收攏不欲多言之現象了，因之本章乃名之曰「悲世章」！

老君救世之聖心，不會因世人無知而弗（不）說。

參《呂祖全書》卷十七〈明理釋疑章第十一〉內文：

釋迦如來說法。多至三藏。教不一乘。宗亦各別。奚必人盡能行。太上曰：「**吾言甚易知。甚易行。天下莫能知。莫能行**」。蓋說法在我。從違❸在人。寧得因人信慢❹之不一。易❺吾救濟之慈心乎？

按呂祖文意，仙佛聖人說法演經，不會因世人無知、懷疑、不相信而放棄的。

❷ 桴浮：以竹木編成的舟，大曰筏、小曰桴。
❸ 違：違背。
❹ 信慢：信、相信、信從。慢、怠慢、傲慢、輕忽。信慢不一，即有相信（信受奉行），亦有不相信（甚或毀謗）。
❺ 易：改變。

《道德經》七十一章

【知不知上。不知知病。夫惟病病。是以不病。聖人不病。以其病病。是以不病。】

此章言人生疾病之源。純外講。

外講：

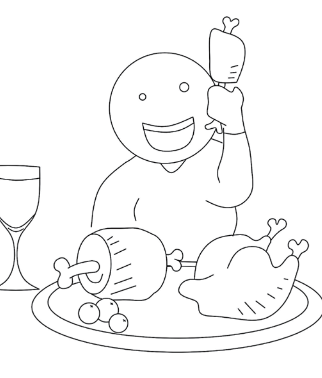
【知不知上。】

世人所不知，乃聖人之獨知。真知的人，並不以為自己完全知道，對真理的認識上似乎仍感不足，所以就不肯炫露其知，像這樣的人才是最高明的（上字作高明解）。

【不知知病。】

假若對於真理，並不認識，自己反以為是知道的人，就受了謬妄的病症了。故曰「不知、知病」。

以上兩句說話，乃老子引喻來表述世人不知生病之源皆來自己身口福，享食及過度縱欲。以下兩句是教人防病之法：



世人只顧享樂，狂吃大飲，並不知此乃「病」之根源，還以為這樣是享受人生。聖人獨明這個縱欲的禍害。故曰「知不知上」。「不知知病」。



明道的人，教人清心素食，少思寡欲，這樣不但可防治疾病，更可以攝生延年。故曰「夫惟病病、是以不病」。

【夫惟病病。是以不病。】

「病病」二字合解為防治疾病於未然。

參《醫道還元》卷一〈脈理奧旨詳解〉內文：

呂祖曰：按察先徵者，乃無病之時。而**脈**實先兆其機。察之而見其先徵，則**防**之**貴早**。

防者、**治也**。當未發之時，宜早治之，使之發無可發。即《道德經》中「**病病不病**」之意也。

問：人為何會生病，如何可以防治？

答：參《呂祖全書》卷二十〈尊生妙經〉內文：

天尊曰：聖人慎疾。曾子守身❶。夫受之父母。不敢毀傷。雖孝之始。實欲全而歸之也。其生亦大矣。**太上有言**。**病病不病**。**聖人攝生**。**以其病病**。病者維何？為吾有身。五味❷舌爽。五色❸目昏。聲音觸法❹。熒亂神魂。是老病死。入於非人。病病維何？先其未形❺。獨頤**節口**。獨臥**封情**。獨處**冥心**。**防意**如城。精神**守內**。病安從生？所以然者。病由心病。心是我心。命是我命。真水不漏。真陽無烟。常溫氣海。真息綿綿。真息無息。

按呂祖師文意，世人不識攝生，終生為六塵所累，貪食縱欲，流逸於聲色香味觸法（六塵）招致疾病纏身，甚至病死。倘效聖人攝生，節口、寡欲、精神守內而不馳，靜坐真息綿綿，病安來侵襲吾身？固曰「夫惟病病。是以不病。」，是宜防病於未然也。

❶ 曾子守身：曾子、孔子弟子。孔子教曾子曰：身體髮膚，受之父母，不敢毀傷。言為人子女者，若孝順父母，宜愛惜身體，慎衣節食，減少病侵。

❷ 五味：指酸、咸、甘、苦、辛五種飲食味覺。

❸ 五色：五種顏色，青、黃、赤、白、黑。即五行原色：東（青）、南（赤）、西（白）、北（黑）、中（黃）。

❹ 聲音觸法：乃六塵之三塵，合色、香、味為六塵，六識或六根，均使人迷性。

❺ 先其未形：即於疾病未形成或出現之時。

【聖人不病。以其病病。是以不病。】

承上言，明道修真攝生的人，口不貪豐味飲食，以靜除三害（目、耳、舌），少思寡欲，靜坐運功，調攝真元，諸般惡病，自離肉軀，更能借此肉身修真還元，故曰「聖人不病」，因聖人明道攝生修真，故能防患疾病於未然，故曰「以其病病，是以不病」。

關於本章主意文句「病病不病」，參劉雙卿仙姑❻鸞示訓文作進一步詮釋：

人**生**於**色**❼，而亦**死**於**色**也。精神既盡，百病叢生。太上曰「**病病不病**」。其所以病病之者，**防**其致**病**之**源**，是以**無病**也。無病而長其壽。以至不滅不生，非仙而何。



奉道者節口封情，精神內守、真息綿綿，不但可防患病侵，更可修真成道去。

本章旨：

世人不知疾病病源之根由，惟聖人、攝生明道的人明白愛身、惜生、節飲食、避六塵、修內體，故能防疾病於未然，更可借用肉身，修真成仙去。本章六塵，可與上篇第十二章同參。

❻ 劉雙卿：元末明初時人，距今約六百餘年前，初為佛門子弟，後蒙呂祖度化，修真成仙道。呂祖師曾派任仙姑為廣州「至寶台」鎮壇主任，時鸞生為五十年代「至寶台」創辦人兼著名鸞生何啟忠（別號：醉道人）。

❼ 色：即六塵，色聲香味觸法六種傷人的識根。

《道德經》七十二章

【民不畏威。則大威至。無狎其所居。無厭其所生。夫惟不厭。是以不厭。是以聖人自知不自見。自愛不自貴。故去彼取此。】

此章言統治者須以德來服民。純外講。

外講：

【民不畏威。則大威至。】

統治者以虐政權威來壓制人民，人民在能忍受之限度內，可能畏其威而稱順，然一旦到了不能忍受時，便會出現更大的反抗威力，起來要推翻暴政了，這便是「物極必反」的道理。如秦始皇暴政統治下民不聊生，秦朝國祚公元前二二一



- 統治者德治國家，百姓擁戴，才是大威信。故曰「民不畏威、則大威至」。
- 賢君沒有逼害百姓，人民安居，樂而不厭。故曰「無狎其所居、無厭其所生」。

年至二〇六年前，前後十五年秦亡。統治者以德信服民，那才是威信到了最大的地步。故曰「大威至」。

【無狎其所居。無厭其所生。夫惟不厭。是以不厭。】

統治者不要逼迫得人民不得安居，不要斷絕人民的謀生道路，只有不苛稅壓榨人民，百姓安居溫飽，人民才不厭惡統治者。

【是以聖人自知不自見。自愛不自貴。】

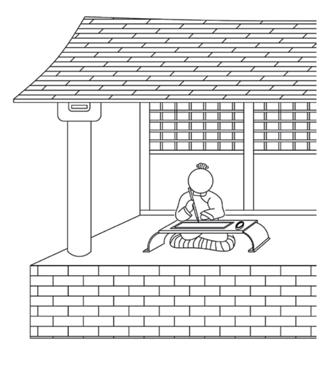
因此，有道的人但求自知而不自我表現，但求自愛而不自顯其高貴，自抬其身價。

【故去彼取此。】

「彼」為自見、自貴，「此」為自知、自愛。「彼」不可有故宜去之，「此」不可無故宜取之，人能悟於此，則無大威之禍矣。

本章旨：

老子生於春秋亂局時代，他的政治觀，是反對暴政虐民，指出壓迫愈重，反抗越強，大的災亂就會發生。故勉統治者要以聖人為榜樣，有自知之明，自愛之道，不自見、不自貴，就能清靜無為，社會便長治久安。



聖賢不自以為是，常持自知之明和自珍自愛。如斯則無大威之禍矣。

《道德經》七十三章

【勇於敢則殺。勇於不敢則活。此兩者或利或害。天之所惡。孰知其故。是以聖人猶難之。天之道。不爭而善勝。不言而善應。不召而自來。繟然而善謀。天網恢恢。疏而不失。】

此章言天律、天網、報應。純外講。

外講：

【勇❶於敢❷則殺❸。勇於不敢則活❹。】

勇於敢則殺：凡人作事，不顧利害，不怕生死，浩然一起，慷慨赴義，臨難毋苟免者謂之曰「勇敢」，然「敢」或可立於必死之地。如「忠義之勇」最冠者，非三國時代之關雲長（公元一六二年至二二〇年）、宋朝之岳飛莫屬。而「果敢之勇」，如戰國末期之荊軻（距今約弍仟弍佰餘年前）刺殺秦始皇，失敗被殺，即「圖窮匕現」

的典故。又如聖人耶穌基督乃「善德之勇」，其博愛精神傳誦千古。

勇於不敢則活：若用志於不敢為，是足以保身全生。惟是這「勇」字，君子用之則善，小人用之則不善。孔子曰「無求生以害仁、有殺身以成仁」。倘為己生存而仁害，雖生亦死。相反，身滅而仁成，雖死亦生。

今舉例以佐說明之：

南宋時的岳飛，公元一一〇三至一一四二年，乃抗金名將，精忠報國的民族英雄。朱仙鎮戰役，大敗金兵，準備收復國土，一洗國恥時，慘遭奸相秦檜設計謀害，以十二道金牌召回京師，誣陷岳飛，以「莫須有」（即或許有）之罪名，殺死岳飛。岳飛之死，可說是「勇於敢，則殺」。即這個「勇字」，君子如岳飛用之則「善」。岳死時才三十九歲，是殺身成仁。死後追封為「鄂王」。

反看奸相秦檜、公元一〇九〇年至一一五五年，在相位竟達十九年，任相期間，殺岳飛、竄張浚、排趙鼎，凡主戰之臣，誅鋤殆盡，擅權陰毒，死時猶得贈中王，諡忠獻。罪惡滿盈之奸相，在世猶得活達六十五年。秦檜之勇於不敢，此一「敢」字，

❶ 勇：決定之志也。
❷ 敢：不計利害而決於為也。
❸ 殺：死。
❹ 活：生。

是小人用之則「不善」了。

【此兩者或利或害。】

此兩者，如作大善敢者岳飛，反遭誣害而死。而作極惡者如秦檜，則活存世上達六十五載，享功爵榮華，死後猶獲贈稱號。可是歷史判決是公正的，秦檜「生存」而仁害，雖生亦死。岳飛「身滅」而仁成，雖死亦生。故兩者或利或害，由歷史來判鑑。

【天之所惡。孰知其故。是以聖人猶難之。】

天道所以然之妙，而非世人所易知。善惡因果，循環之理，恩怨之事，亦非聖人所盡知曉，故曰「是以聖人猶難之」。

儒釋道三教經書《關聖帝君應驗桃園明聖經》內文云：「秦檜世為犬」。可見罪惡滿盈的奸相，在世榮華，死後世世為犬，遭後世人唾罵！

關聖帝君〔忠義之勇〕

關聖帝君「忠義仁勇」冠千古。乃「勇於敢」的大聖人。

- 「勇於敢」如關雲長、「大善敢」如岳飛。「不善敢」的奸相秦檜雖死時獲贈封，但歷史判決終是公平的。善惡因果、速報或來遲、成敗得失，非聖人或世上人所能盡知。故曰「利或害、天之所惡、孰知其故、聖人猶難之」。

【天之道。不爭而善勝。不言而善應。不召而自來。繟❺然而善謀。】

這是後一段，是以「天之道」來警惕世人：

老子提醒世人別小看了這「道」雖然是不爭、不言、不召、繟然的好似無物。但卻有善勝、善應、自來、善謀之絕對能力。天不爭、不言、不召，萬物皆隨四時，晝夜輪轉，順陰陽而生滅，各肖其形，這是「**繟然而善謀**」，是以妙機盡在無為中顯現也。

❺ 繟：粵音淺。舒緩、寬舒。

岳飛〔殺身成仁〕
岳飛乃殺身成仁的名將，精忠報國而死。是「勇於敢則殺」的民族英雄。

秦檜〔勇於不敢〕
奸相秦檜、賣國求榮、殺害忠良，是求生害仁的民族敗類。是「勇於不敢則活」的不善敢。

【天網恢恢。疏而不失。】

天道廣大，昭昭在上，無所不包，如網之四張，雖恢宏廣大，似乎疏闊，其實善惡感應，毫髮不遺，此所謂「疏而不失」也。

關於善惡因果之道，世人多未能明，有抱怨謂多作善而遭災殃，多作惡而得善終。世人未明「孽與障」之道。

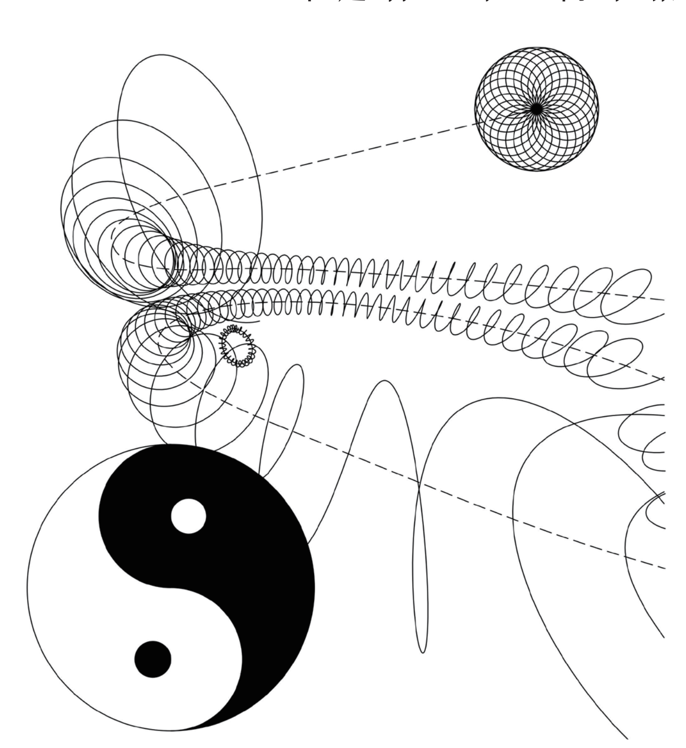
今參本書刊導讀八《呂祖外修篇》第十二章「孽與障」內文，便識其中奧妙耳：

小惡而成大惡，積大惡而為「孽」。聚小惡而不悔，知惡而不改，即成為「障」。孽有先後天之孽，障則無先天而獨為後天之障。人在世間，難逃二者之侵，後天之孽，或可自明，惟屬先天者，則難於自覺也。「天道之道，至妙至微」，乃有宗祖之餘孽未除，而加於後人者。君不見世間多有純善之士，而每遭大孽臨其身，世人不察，每以為種善者得惡報，間有為惡而吉祥，行諸惡而發揚。不明者，又以為天道不常，倒施果報，每有因此而反道以行，豈知為善不祥者，承先祖之餘孽，應於現世，作惡未殃者，得宗祖之善根餘蔭而未盡耳。

編者按：世人欲明卻孽去障之法，詳參〈孽與障〉全文便悉。

本章旨：

老子以天命可畏、報應昭然，只差速報與來遲，奉勸世人勿因善小而不為，勿因惡小而為之。因果之道，如影隨形，雖列聖人，都以知天為難，更何況智慧不若聖人之普通人。行道者昌，背道者亡，天網恢恢，疏而不漏，是本章意旨。



- 天不爭、不言、不召，但萬物皆隨天而四時運轉，萬物隨天地陰陽而生滅，天地之妙機，在無為中主宰萬物。善與惡、天道是握守住最終的審判權。故曰「**天之道、不爭而善勝、不言而善應、不召而自來、繟然而善謀**」。
- 天道就像一個大網，好像很稀疏，但天下又有那一件善惡的事被它遺漏了呢？故曰「**天網恢恢，疏而不失**」。

《道德經》七十四章

【民常不畏死。奈何以死懼之。若使民常畏死。而為奇者。吾得執而殺之。孰敢。常有司殺者殺。夫代司殺者殺。是謂代大匠斲。夫代大匠斲者。希有不傷其手矣。】

此章承上章第七十三章言天道無言、罪惡滿盈者，當遭天罰。統治者無濫殺以傷天和。純外講。

外講：

【民常不畏死。奈何以死懼之。】

民常不畏死：有生之倫，莫不畏死，螻蟻尚且偷生，何況人類。如果人民衣食無憂，生活安定，則人類之生存條件已足，平靜之社會中有言不畏死者，這實是不可能的。

奈何以死懼之：在「道」衰「德」沒以後，統治者不用教化來教導人民，反以「無道」之苛政加諸人民，繼之以嚴刑來殺戮人民，到人民忍受到極限，暴發成反抗

之烈火時，這就是「民不畏死」之時，這時不仁之政權就很快被推翻的了。

【若使民常畏死。而為奇者。吾得執而殺之。孰敢。】

人是貪生怕死的，若有為非作歹的人，我可執而殺之，以一儆百，這時誰敢犯法呢？但老子恐怕的是假若施法者有偏私，法理即失，民不畏法，法即失效，在法治之社會上一旦有了這個漏洞，則成為難治之局了。

【常有司殺者殺❶。夫代司殺者殺。是謂代大匠❷斲❸。】

常有司殺者殺：自有史以來，天下未嘗無刑，對於敢於犯法的人向來是殺無赦，可是實際上犯法者並未因有殺刑而遏止，甚至殘暴的統治者，大都以寧枉毋縱的殘酷手段來隨意恣殺無辜的生命，這正是老子所憂心的。故老子承上篇「天網恢恢，疏而不失」，認為世間上，人若行邪惡，至罪惡滿盈時，天律執法者，即「司殺者」，必重懲之，甚至奪去其性命，若然未報，時辰未到而矣。

夫代司殺者殺，是謂代大匠斲：天律既有最後裁判，那麼假若因人之邪惡而戕害對方生命時，別說關係重大之人命，就是濫殺動物即足以構成違反造物之天心了。那麼若刑戮出於個人之好惡，或因少數人之利害而行殺機者，這已除了有代「司殺者」

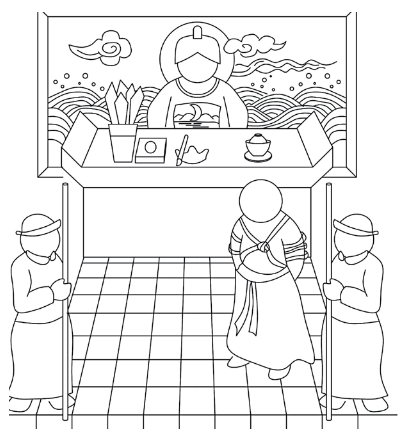
❶ 司殺者：此指天律，代天執法之司神。

❷ 大匠：技巧了得的木匠。

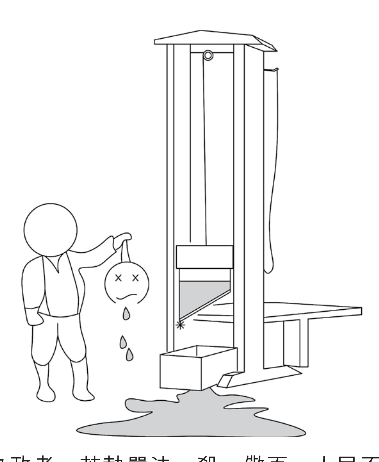
❸ 斲：粵音琢，敗壞、耗損。

（天律）殺之罪業以外，而且是獲罪於天之大罪行。被殺者所積成的**冤**氣，勢必形成一大戾氣（殺氣）。故凡是殺戮太重的地方，黑氣、冤氣沖天，天災人禍頻仍，這是屢見不爽的。古時的統治者、往往憑自己之好惡而枉殺人，這是侵越天司的殺權，濫殺人後反卻說是替天行道，這好比一個沒有工藝技術的木匠，去代替內行之技匠去斫木頭。

孟子謂：「惟天吏則可以殺之是」。夫天吏乃可以殺人（代天執法懲治罪大惡極的人）。故曰「常有司殺者殺」。若非天吏而以暴誅暴，是以亂治亂，不惟民亂益甚。



暴政虐民下，百姓被逼得連死都不怕了，怎麼還能用「死」去恐嚇他們呢？相反，仁政愛民、人民安居，那有人不畏死呢？故曰「民常不畏死。奈何以死懼之」。



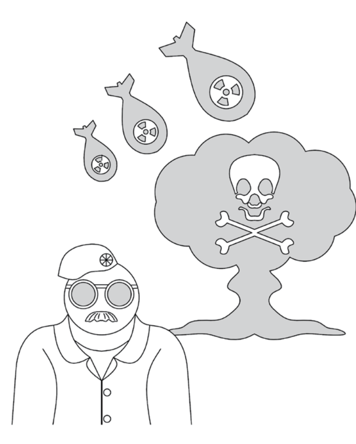
為政者，若執嚴法，殺一儆百，人民不敢犯法。但若有偏私、法理即失，便成難治之局。故曰「若使民常畏死。而為奇者。吾得執而殺之。孰敢。」

【夫代大匠斲者。希有不傷其手矣。】

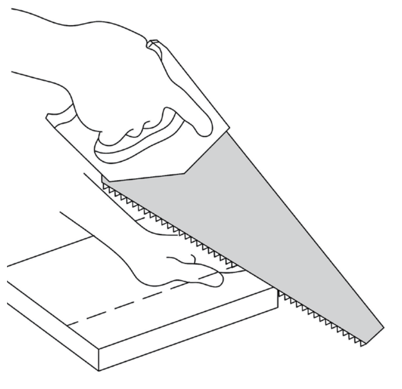
老子用硬充內行代替熟練技工斲木頭的人，很少不斫傷自己的手的。比喻凡是代替冥冥中具大司殺之權力者（此指天律），冒然來殺人的人，最後很少不自食其惡果的。

本章旨：

孟子曰「不嗜殺人者能一之」，意謂不喜殺人的人才能統一天下。天律冥冥中有「司殺者」存在，為政者當以「德」來教化人民，不應濫殺無辜而傷天和。倘未能判斷是非善惡，可殺與否，可盡委諸「大司殺者」去執行和「大主宰者」去審判，即老君所指「天律」「天網」，大家都「非」司殺之大匠。治國者，刑罰酷深，則定民不聊生，冤死者亦必多。



暴君以寧枉毋縱來恣殺人民，禍及無辜，必傷天和。這是老君所反對的治世刑律。故曰「**夫代司殺者殺**」。即濫殺，是不道的。



濫殺無辜、寧枉毋縱，還說這是代天行道，替天律行司殺權（司殺者）。這樣好比一個不懂木匠技巧的人，代木匠劈木頭，還能不砍傷自己的手嗎？木匠（比喻君王、為政長官）自以為是天律司法者，濫殺無辜和生命，最終是自食惡果的。故曰「**夫代司殺者殺，是謂代大匠斲。夫代大匠斲者，希有不傷其手矣**」。

《道德經》七十五章

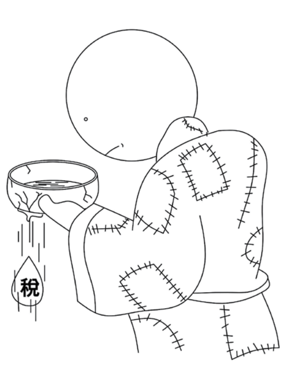
【民之饑。以其上食稅之多。是以饑。民之難治。以其上之有為。是以難治。民之輕死。以其上求生之厚。是以輕死。夫惟無以生為者。是賢於貴生。】

此章繼上章第七十四章再申言痛斥政苛刑重之非，又針對政煩稅重加以斥責。純外講。

外講：

【民之饑。以其上食稅之多。是以饑。】

人民為什麼常會飢餓不飽呢？是因為在上當政者吃稅太多了，民因納重稅而致財盡無以自給，所以才因吃不飽而常飢餓起來了。



【民之饑】

百姓挨餓，因為政府抽稅太多。

【民之難治。以其上之有為。是以難治。】

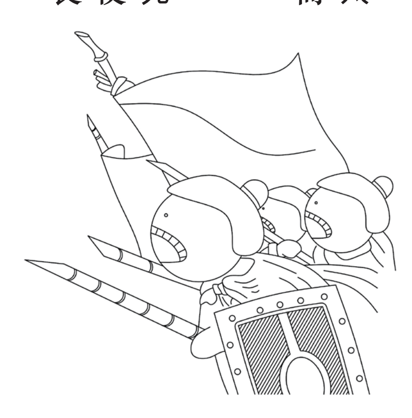
人民為什麼不受治理呢？皆因在上當政者太有為多事，政策繁複，使民無所適從，政愈繁而偽愈多，法愈嚴而奸愈出，所以這才難治了。

【民之輕死。以其上求生之厚。是以輕死。】

人民為什麼如上章（七十四章）所說不畏死呢？這是因在上當政者奉養太奢，索求過甚，使民窮於應付，所以在民不聊生之情況下就不再畏死了。

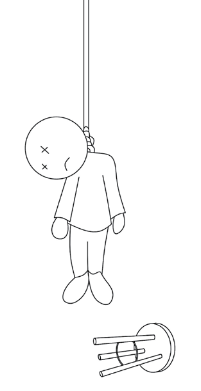
【夫惟無以生為者。是賢於貴生。】

為政者如果知道當然之治道，看輕自己的權勢尊榮，凡事先不以自己之生命視成至高至貴，應當將愛自己之心放諸於人民身上時，此之謂「夫惟無以生為者」，他雖不為自己之治生作打算，但結果還是因民之安生而得到自己之長生不潰，故這種不為己之生才有意義。「賢於貴生」，是有意義的生存，優美的人生。



【民之難治】

上面政令太繁亂，人民無所適從，政繁法嚴則奸偽愈出，是以難治而興作亂。



【民之輕死】

為政者中飽私囊、即曰「其上求生之厚」，民不聊生，老百姓常鬧事，把生命看得不值錢。

賢君不看重權勢，不以自己利益為貴，衣食隨緣自奉，日常用度與物無爭，則必心安身泰，自性復而命延，可享無疆之福，則是「**賢於貴生**」的人君。

關於本章內文參《呂祖全書》卷十〈神化無為品第八〉內文：

太上曰：**厚其生**。**於死必輕**。**惟無生賢於貴生**。命由身累及生死。性由心役及浮沉。命固心虛。道隱無名。圓明返本。劫運皆空。身定形固。形固了命。心定神全。神全了性。神全形固。抱元可成。

按呂祖師文意，是教人不可使心役浮沉、醉心於如名利權勢等，否則命終被身累。

本章旨：

求生的人若追求名利貪欲太甚者多至短命，厚生太侈者反多衰疲，而「無以生為者」不以自身為重的人，每每偏能健壯以終。人妄貪「求生之厚」，必因榮辱而睹所病，又必因財貨而有所爭。所以愈是厚生之人，多為物役所驅，終日營之，無日休息，最後積勞成疾。老子教人虛靜恬淡，正面看來好像是導人於「無以生為」，然為世人所不易見之另一面，卻正是「賢於貴生」。

《道德經》七十六章

【人之生也柔弱。其死也堅強。萬物草木之生也柔脆。其死也枯槁。故堅強者死之徒。柔弱者生之徒。是以兵強則不勝。木強則折。強大居下。柔弱處上。】

此章言柔弱者「生」氣，剛強者「死」氣。純外講。

外講：

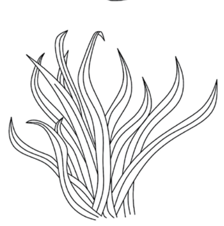
【人之生也柔弱。其死也堅強。萬物草木之生也柔脆。其死也枯槁。】

本章以人類萬物草木之實體作例：

人之生也柔弱，其死也堅強：剛出生的嬰兒，心性純素、肢體柔軟，時時趨向於生長。及年長後，欲網情牽、氣血枯竭、筋骨僵硬、逐漸轉化於死，此凡夫也。

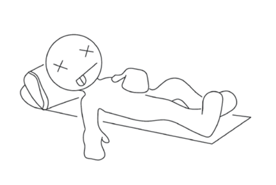
萬物草木之生也柔脆，其死也枯槁：草木亦然，在幼小時枝幹柔弱，趨向生長，在將近枯死的時候，枝葉枯槁。以上的恆常道理：陽氣來則生，陽氣退，陰長則死。

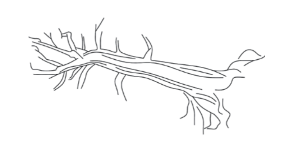




【人生柔弱】【草木生柔脆】

（陽氣來則生）





【人死堅強】【草木死枯槁】

（陰長則死）

- 生是柔輭（弱）。
- 死是僵硬（強）。
- 堅強是邁向死亡一類。
- 所以「弱」是屬於生存一類。 故曰「堅強者死之徒，柔弱者生之徒」。

【故堅強者死之徒。柔弱者生之徒❶。】

由此可見，這堅強實是走向死亡之一類，而柔弱卻是生存之說明。依此類推，由人類到具生命的萬物都是在此二者中消長循環，不是生機就是殺機。

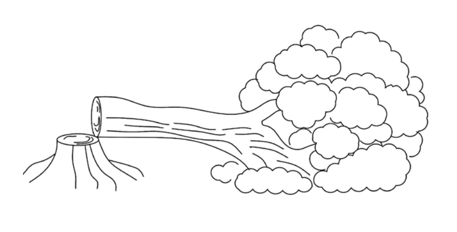
【是以兵強則不勝。木強則折。】

因此，行兵布陣，應心懷仁慈，順天應人，不可恃強暴而橫行。倘若貪殺恃強，輕戰樂殺，毒流怨結，不存仁心，最後必然敗亡。樹木過於高大，枝葉橫生，必遭風打，易於折斷，所謂「樹大易招風」之理也。做人作事，炫露於外，而示強於人，必遭人嫉忌招尤。

❶ 徒：類屬之意。

【兵強不勝】

行兵布陳、貪殺逞「強」，不得民心、天必譴之，最後敗亡。



【木強則折】

樹大招風，易於折斷。人自炫耀，必遭嫉忌，受人攻擊。

【強大居下。柔弱處上。】

故真正明道的人，必然是柔弱自處。

《列子黃帝篇》：**欲剛必以柔守之。欲強必以弱保之。積於柔必剛。積於弱必強。**

再看「天」以氣居上，「地」以形居下，氣屬柔弱，形屬堅強，故天居上而地居下。況地因有形就有變壞（如山崩地裂，即天災地震、海嘯或火山爆發等）。天負氣而無形，故長久不變，這是柔弱勝堅強之又一例子。

本章旨：

老子向以柔弱處下為合道，以其止於「無為」，以剛強自恃為離道，以其涉於「有為」。無為是去道不遠，有為是背道而行。煉丹道者，若修法得宜，小可強身延壽命，大可還原太極，復陽卸陰，即老君曰「生也柔弱」回復初生乾體。本章論柔弱之道，內修者，可與上篇第十章「專氣致柔」及下篇第五十五章「心使氣曰強。物壯則老。」兩篇同參。

【強大居下。柔弱處上。】

- 天以氣居上（柔、弱）
- 地以形居下（強、剛）
  柔者：恆久不變。
  強者：地震山崩、火山爆發等天災。
- 故「柔弱勝堅強」。

《道德經》七十七章

【天之道。其猶張弓乎。高者抑之。下者舉之。有餘者損之。不足者補之。天之道。損有餘而補不足。人之道。則不然。損不足以奉有餘。孰能以有餘而奉天下。唯有道者。是以聖人為而不恃。功成而不處。不欲見賢。】

此章老子用調整弓弦來喻天道、人道兩者之相比。分外、內講。

外講：

【天之道。其猶張弓乎。高者抑之。下者舉之。有餘者損之。不足者補之。】

天之道、在宇宙間是持平和不偏不倚的。其作用好像施弦於弓時一樣，弦位高了，則抑之使低，弦位低了，則舉之使高，弦長有餘，則損之使短，弦長不足，則補之使長。

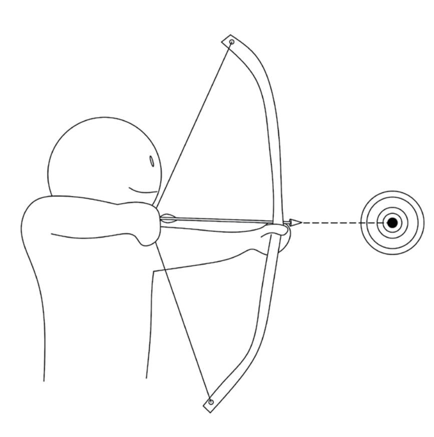
【天之道。損有餘而補不足。】

天道之妙用，無過無不及，恰到好處，損有餘而補不足，是道體居中應事，故才四時節令協調而行（春夏秋冬），萬物因之才能生生不息。倘有餘者一任其餘而不損，則餘者愈餘，猶天氣之過熱或過冷。又如不足者由其不足而不補，則不足者愈不足，猶天氣之當暑不暑或當寒不寒也。天道是不使餘者太過，不使不足者不及，是即在持平中乃見不變之道。

關於天之道，損有餘補不足，參《呂祖全書》卷二十九〈論五行第六〉內文：

鍾離祖師與呂祖問答：

呂祖曰。所謂五臟之氣。曰金木水火土。所謂五行之位。曰東南西北中。如何得相生相成。而交合有時乎？採取有時乎？願聞其說。鍾祖曰。大道既**判**而**生天地**。天地既**分**而**列五帝**。**東**曰**青帝**（即**木**）。行**春令**。於陰中起陽。使萬物「**生**」。**南**曰**赤帝**（即**火**）。行**夏令**。於陽中升陽。使萬物



【天之道。其猶張弓乎】

天道像拉弓箭：
- 目標高了，壓低一些。「高者抑」
- 目標低了，抬高一點。「下者舉」
- 弓弦過滿，減少一點。「有餘者損」
- 弓弦不夠滿，拉滿一些。「不足者補」

「**長**」。**西**曰**白帝**（即**金**）。行**秋令**。於陽中起陰。使萬物「**成**」。**北**曰**黑帝**（即**水**）。行**冬令**。於陰中進陰。使萬物「**死**」。四時各九十日。每時下十八日。**黃帝**主之（位中央即**土**）。若於**春**時。助成**青帝**而**發生**。若於**夏**時。接序**赤帝**而**長育**。若於**秋**時。資益**白帝**而**結立**。若於**冬**時。制攝**黑帝**而**嚴示**。五帝分治。各主七十二日。合三百六十日。而為一歲。輔弼天地以行道。

中央黃帝（土） 每季主時十八日。其功在 ：
- 春時助成青帝（木）發生。
- 夏時接序赤帝（火）長育。
- 秋時資益白帝（金）結立。
- 冬時制攝黑帝（水）嚴示。

按鍾、呂二祖問答內文，可知土即黃帝（位列中央）於四季中作「補」「損」用事，在每季之末由土（黃帝、中央）發揮伸展作用，對每季之氣運加以調整，當損則損，當補則補，四季由是才得正常之運行，是天道之統四端，亦即道體之當然作用也。

【人之道。則不然。損不足以奉有餘。】

人之道與天之道恰成相反。人類之通病是凡不足者，以為可以任我之所欺，故搾索不已。而面對有餘（指財權勢大或具威名者），則曲意隨順、呵諛奉承、錦上添花、奉之惟恐不足。是曰「損不足以奉有餘」。這種現象，最顯見於社會者，形成富者愈富，而貧者愈貧、每況愈下之不平現象，由此便惹起了世事種種不平，而人類之

隔閡便從此加深了。

【孰能以有餘而奉天下。唯有道者。】

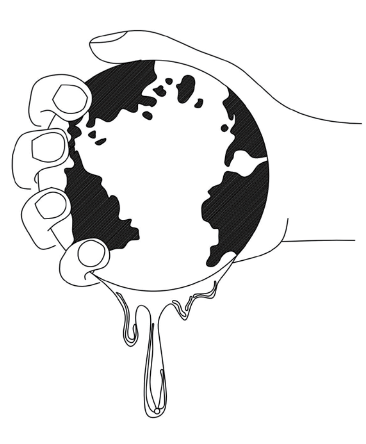
「天之道」與「人之道」相比分析明白了，那麼試問誰能體天之道，能像天道一樣把其「有餘」的一部份，用來奉給天下呢？看來恐怕只有真正有道的人才能做到。今天來說：「善長仁翁」。

【是以聖人為而不恃。功成而不處。不欲見賢。】

凡是體道而行的達人，雖將有餘的奉給天下人，但他卻不恃己能，雖功德圓滿亦不自居其功。雖為天下為世人盡了心力，但並不願換取任何形式來表彰自己。「不欲見賢」就是不願以賢者之名相來見示於人。

關於「有餘者損之、不足者補之」，參《呂祖全書》卷十八〈天人理一章第二十三〉內文：

呂祖曰：聖人體天之道。執天之行。居富貴而不驕。處貧賤而不憂。樂天知命。心若太虛。真氣貫四時。聰明並日月。其行事與天合德。故其序易



人之道與天之道恰反：
- 天是補不足。固有四季循環，雲霞雨露之潤澤。
- 人是搾索不已。面對富而有餘者，則曲意奉承。弱肉強食，造成階級懸殊，貧者愈貧，富者愈富。

也。**否泰❶相循**。**剝復❷相乘**。蓋天地之氣。剝不終剝。剝極而復。人事亦然。泰不常泰。泰過則否。太上曰。**天之道。其猶張弓乎。高者抑之。下者舉之。有餘者損之。不足者補之。人之道亦然**。

按呂祖訓文，明道的人，須順天而行，人類命運的好壞，事情的順逆盛衰，皆有天數存焉。然否泰剝復，皆有循環之理存在。故人之得失，主之於天，雖人定可以勝天，而天定更可勝人，天人交感，其理一也。人生貧富得失，參本書刊導讀八〈外修篇〉第七章「養性葆命」。

孚佑帝君

聖像攝於曲江呂祖閣空中 時在甲申年秋

覺善道壇同人敬誌 乙酉 李文

【聖人為而不恃。功成而不處。不欲見賢】

呂祖法相，攝於韶關曲江「覺善精舍」，時維甲申年（1944）。

聖賢、達人體天道而行，為百姓做事不存驕矜，立下功勛也不居功，不表彰自已。

內講：

人身心（真火，汞）在上，腎（真水，鉛）處下，內煉之士，必使火居上而亮下，水居下而潤上，如張弓者之「高者仰」、「下者舉」，則水火平矣。內丹譬語（水火相濟）。

本章旨：

天之道、損有餘而補不足，是道體居中應事，故才四時節令協調而行，萬物因之才能生生不息。「人之道」與「天之道」相反，損不足以奉有餘，天是補不足，人是奉有餘，故才弱肉強食、階級懸殊，世間之各種不平與不請之各事也就因此而造成，惜世人多未曉。

❶ 否泰：本為「易」兩卦名。舊時於命運的好壞，事情的順逆，皆曰否泰。

❷ 剝復：「易」兩卦名，比喻盛衰興旺。

《道德經》七十八章

【天下柔弱。莫過於水。而攻堅強者。莫之能勝。其無以易之。故柔勝剛。弱勝強。天下莫不知。莫能行。是以聖人云。受國之垢。是謂社稷主。受國不祥。是為天下王。正言若反。】

此章取「水」來喻柔弱的大道。純外講。

外講：

【天下柔弱。莫過於水。】

天下一切東西，如比較起來，沒有一件東西柔弱過水。

【而攻堅強者。莫之能勝。其無以易之。】

水雖柔弱卻能攻堅制強，如在五行中之「水」是最柔弱的，卻沒有一樣可以勝過

水。如水可滅火，木遇水便腐，金遇水可蝕，土雖厚遇水即散。水之力可使山河移位，山洪暴發可衝破決堤，海嘯可破壞沿海設施，但同時「水」是萬物生命的源泉，利他方面，用途極廣，如水能載舟運貨，調節地球溫度等等。所以水之恩澤及內強力，是沒有任何東西可以替換它。

【故柔勝剛。弱勝強。天下莫不知。莫能行。】

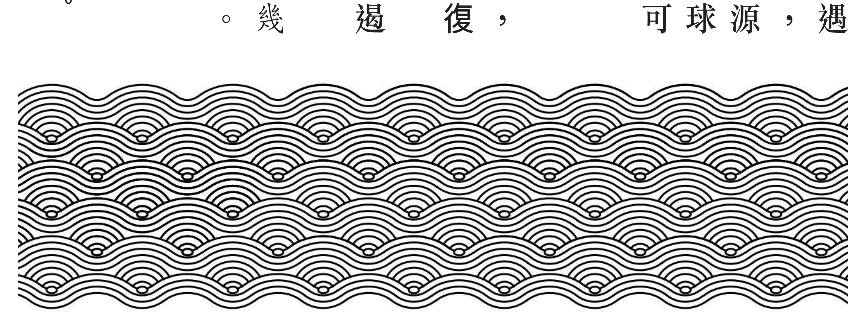
這弱勝強和柔勝剛之道理，天下人是沒有不知道的，只可惜雖然知道卻沒有人肯實行，因為人類習慣於剛復好勝，不肯謙恭退讓。

關於柔勝剛、弱勝強，參《呂祖全書》卷十六〈防過意業章第六〉內文：

太上曰：上善若水。水善利萬物而不爭。故幾於道。**柔勝剛**。**弱勝強**。《曲禮》❶云。**狠毋求勝**。人能柔弱自下。不求勝於人。尚何瞋❷乎。

❶《曲禮》：禮記篇名，以其委曲說吉、凶、賓、軍、嘉五禮之事。故明曲禮。

❷ 瞋：同嗔、怒也。



【天下柔弱。莫過於水。】

- 天下最柔弱的莫過於「水」。但攻開堅強的東西卻沒有能勝過水的能力。故曰「攻堅強者，莫之能勝，無以易之」。
- 弱（柔）勝強（剛），人們雖知道這個道理，卻沒有人能這樣做。不肯謙恭退讓。故曰「柔勝剛，弱勝強，天下莫不知，莫能行」。

按呂祖訓文，柔弱不求勝於人，作事合乎事理道德，爭吵不存取勝於人（狠毋求勝），則無怨怒爭鬥之事。

【是以聖人云。受國之垢❸。是謂社稷主❹。受國不祥。是為天下王。】

處太平盛世時治國容易，但逢亂世扶危則甚難，能擔任者必有繼絕世，舉廢國之精神，甘受國之恥和不祥，這才是真正值得萬民仰望。倘用於一般人，如肯為天下、為人民、為社會宗教作出貢獻，能忍辱負重，自己甘於受垢（恥辱）和不祥者，這都不是常人所能作到的。而猶為今天為闡道佈德，推行教化，重整道德，在濟人心，挽世風上肯捨己為人者，這更是大智大勇之了不起人物。是曰「社稷主」、「天下王」。

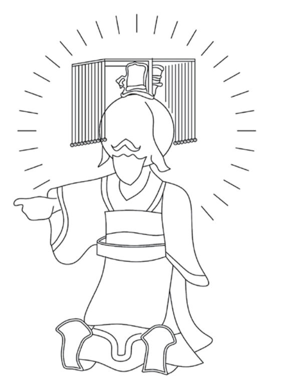
【正言若反。】

正言若反是本章的相關語，凡屬合於「道德」之正言，其在世俗之眼中，都是些不為所好的反面真理。聖人垂於後世之正言，以教後人親德向善者，表面上看來與世俗所見多是些相反的事，如：忍辱負重、吃虧謙讓、律身克己，任勞任怨等「柔弱行操」，這些都是世俗所不肖為者。可是有志於上達的人，卻多是在這為人所不肖為之事中完成的，這些賢士在不知不覺中，便成了天下王或社稷主而自己卻是不知道的。

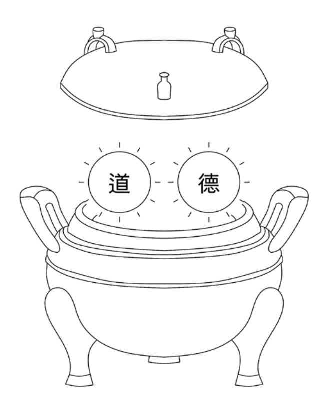
本章旨：

老子用「水性」喻柔弱謙恭、退讓。但這「柔弱」並非「軟弱無能」，人類之本

性本是善良柔弱的，故《三字經》曰「人之初、性本善」。可是長大後自性被物欲情牽所蔽，產生比較觀念以後，便有了恃強凌弱之謂「強」，無能者之謂「弱」，故這樣軟弱無能之所謂「弱」也並不是老子所主張的。是以真正的柔弱之道，不單是不爭強鬥勝，恃勢淩弱，還得要保住人類之本位，不能像浮萍一樣的隨波逐流，無所依止，致而失了理性和人格，故此老子所言之「柔弱」並不同於彼柔弱（軟弱，失去義理立場和宗旨）。



聖賢、統治者、將士、傳教士，能夠為了國家、教旨承受屈辱，作出貢獻利他的事，才稱得上是社稷的主人。故曰「受國不祥，是為天下王」。



【正言若反】

聖人垂言立教，教人道德，其言多與世俗行為相反。 如：忍辱負重、吃虧退讓、屈己從人等「柔弱」事。

❸ 垢：恥辱。

❹ 社稷主：社稷、穀之神。喻為國家之標誌。

《道德經》七十九章

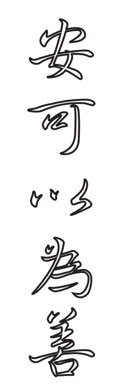
【和大怨。必有餘怨。安可以為善。是以聖人執左契。而不責於人。故有德司契。無德司徹。天道無親。常與善人。】

此章老子以君子執左契代表無為之德，如此便沒有怨恨，忿憤爭訟。純外講。

外講：

【和大怨。必有餘怨。安可以為善。】

怨之產生，多是重於責人而薄於責己，既責於人故人亦責之，由是積小怨便成大怨了。如果生了大怨以後，再想辦法和解時，怨勢雖息，怨心未釋，既留餘怨，無論如何這是比不上根本就不生怨



【和大怨。必有餘怨。】

怨恨雖經調解，總還是留有餘怨。最好的是不生結怨。朱子格言「居家戒爭訟、訟則終凶」同理。

為善。故曰「安可以為善」。

參《呂祖全書》卷十八〈尊信聖教章第三十〉

內文：

和大怨。必有餘怨。安以為善。亦正為狃❶於小安，而忘遠慮者。

呂祖訓人：人無遠慮，必有近憂，遇疑決如怨懟之事，宜早圖謀化解，勿貪圖逸樂，耽誤時光。

【是以聖人執左契❷。而不責於人。】

古時契有「左」「右」之分，一紙兩用，左半張歸銀主收執，右半張付與借銀人，待歸還時左右兩張必相對合，隨銀之歸還與契約對合後亦作廢，故左右契約就是雙方之信證。借銀人歸還錢時，並非持左契者求合於右契，而是持右契者來求合於左契，只要左契在手，就不必擔心持右契者不歸還借銀。



【聖人執左契。而不責於人。】

有德的人，手執借據（左契），並不嚴迫借貸人強還金錢。 比喻「道德之士」不用強迫別人信服，賢人哲士言行實踐道德， 俗士最終必來歸服。

❶ 狃：粵音朽，即習慣。

❷ 左契：即今天的契約、合同。

上文兩句話實借執「左契」者來說道德充實者就不必有求於外，不患人心不歸服，無人來歸。有道德的人，如同執住左契，雖不強責於人而人亦誠服於治下，這是老子向所奉行的「無為之道」。

【故有德司契。無德司徹❸。】

承上言，明道有德之人，執德如執左契，只修諸己不責諸人，此所以與天地同其大也。反之，無德之人，重外輕內，常自以為察察為明（即徹底、通透），而人之恩怨必計較到底，故曰「無德者司徹」。

【天道無親。常與善人。】

從上言，「有德者」但執左契以待世人之自然歸合，不作斥責追討之有為手段，此之謂「善人」之一類，無德者是「不善人」之一類。「天道無親」可見「天」不會無故加福於人，故人亦不能無因而求福於天，那麼有德之善人所以能常獲福於天者，皆因其自種善因，律己、寬人，與天道默合故也。反之若自種惡因，與天道格格不



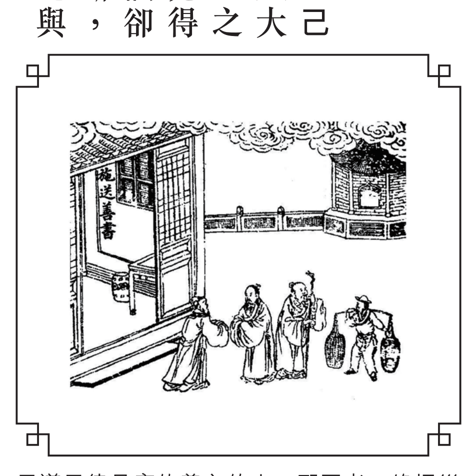
〔賣身契〕　【有德司契。無德司徹。】

- 具道德的人，修己不責人，如「執左契」。
- 無德的人，恩怨計較，寬己薄人，追究到底不放，「司徹」。

入，終必惹來災禍。

本章旨：

老子以執左契之法式教人修己不責人，恕己即恕人，如此者，怨則不生，無怨則無訟。《大學》子曰「聽訟吾猶人也，必也使無訟乎」之言，蓋判訟之法官，雖有斷訟才幹，可使民冤得伸，但這在孔子之意中仍嫌不足，公正之判訟卻不若根本使民無訟。訴訟之後雖有公正之判斷，然在訟民之心中或多或少也是留些餘怨的。此與本章「和大怨、必有餘怨」之意是相同的。



天道天律是庇佑善良的人，邪惡者，終招災禍。故曰「天道無親，常與善人」。

❸ 徹：通、穿、透、徹底。

《道德經》八十章

【小國寡民。使有什伯之器而不用。使民重死而不遠徙。雖有舟輿。無所乘之。雖有甲兵。無所陳之。使民復結繩而用之。甘其食。美其服。安其居。樂其俗。鄰國相望。雞犬之聲相聞。民至老死。不相往來。】

此章是老子特設一太古假想之世，是勉人在心理上恢復樸實。分外、內講。

外講：

【小國寡民。使有什伯之器而不用。】

什伯之器：是數量代表，指十倍或百倍之花巧不實之器具。

小國寡民：老子理想之太平盛世，必然是消除了國家界限，如大同理想和小國寡民等。小國寡民是以天下為公，選賢與能，講信修睦的一種美好社會政治理想。

使有什伯之器而不用：老子在第五十七章指出「民多利器。國家滋昏。人多伎

巧。奇物滋起。」因人類在物欲上貪求無厭，由此而種下了無窮禍患，最終必成為野心者之戰爭消耗。故主張小國寡民，使民不自私，不佔有，不事機巧，人心誠樸無私，不生佔有心，貨歸於公（富者施貧），器貴實用（不奢侈），這樣自無因不平均而相爭、相競、相奪之患了。

【使民重死而不遠徙。雖有舟輿❶。無所乘之。】

使民重死而不遠徙：人為貪求名利而鑽營奔波、飄洋過海，跋山涉水以赴，輕者勞心費神，重者虛擲其生。小國寡民是在知足淡泊之心理下，安居樂俗，百姓就不會行險僥倖，倘遠徙他方去苦苦追求，或未必適應環境。

雖有舟輿。無所乘之：既已安居樂俗，則無需乘坐交通工具遠徙他方去了。

【雖有甲兵。無所陳之。】

一切不祥殺人之兵器，無所陳之，代表息戰無爭。

【使民復結繩而用之。】

結繩，「不能」生硬的解作「無文字時代之結繩記事」，遠古時代因無文字故結繩記事，既有文字以後，就無理由棄簡潔之文字而復用結繩。老子說這一篇道理不是記述過去，「結繩」含意即教世人「視誠樸如返回結繩時代」，喻民反樸歸真後之純

❶ 舟輿：舟、船。輿、古代轎子，今人之車子，交通工具。

實誠真態度。否則荒誕不通，以為老子教人開倒車返回茹毛飲血時代去了！

【甘其食。美其服。安其居。樂其俗。】

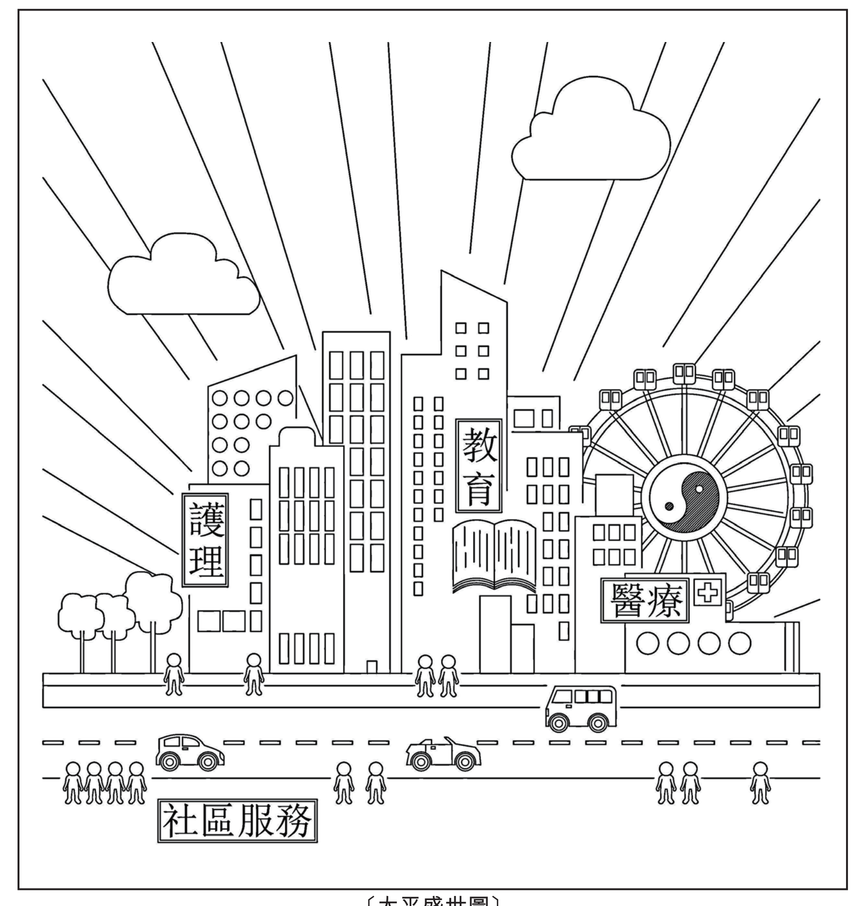
此四句、在小國寡民之社會，人民樸實無華，生活快樂。上古因無文字，事無大小結繩作記，試想像若老子如溯求無文字之古代社會，生食獸衣，洞藏巢居，那有上文四句「甘美安樂」可言？今既言以「甘」「美」「安」「樂」四項事，就證明老子「不是」教人反回結繩時代而放棄文字，而實是鼓勵人民向道德文明進化（進發）的。

【鄰國相望。雞犬之聲相聞。民至老死。不相往來。】

鄰國相望：鄰國、這「國」名詞一定要變通來解。老子所言之鄰國、乃指類似古時之部落而言，也就等於今日一村、一鄉或城鎮、州縣，故其所言鄰國之「國」字，這不過是周邊地方或今天來說兩國邊界之代名詞。這裡指在小國寡民的政治氣氛下，此村看到彼村是優裕自得，彼村看到此村也是無憂無慮，大家都在和睦平靜之氣氛中和睦相處，彼此所看到的盡是熙熙樂樂，此之謂「鄰國相望」。

雞犬之聲相聞：這表示純樸的環境是何等的優美，世風是何等的寧靜，今天在這喧擾囂浮、生活緊迫得透不過氣來之人生看來，那能不使人嚮往企望呢？

民至老死。不相往來：這句說話，老子並「非」教人互不相往來。在下篇第三十八章所云「夫禮者、忠信之薄、而亂之首」。老子視「禮」為失道失德失仁失義



〔太平盛世圖〕

老子說「道」至此，特設一太古假想「無為而治」之太平社會，百姓回復樸實無華的生活去：

- 「小國寡民。什伯之器不用」。百姓以天下為公，選賢與能。人民不事機詐，公器不私用，取財有道，還富於民。
- 「民不遠徙」。人民生活安定，不思往他國移居。
- 「雖有舟輿。無所乘」。靡麗物質，乃奢欲之引誘，弱人心志，不用。
- 「雖有甲兵。無所陳之」。國泰民安，兵革無用。
- 「民復結繩」。民智復樸，是真智慧的出現。
- 「甘食、美服、安居、樂俗」。向道德文明進化。
- 「鄰國相望。雞犬聲聞。民至老死。不相往來」。大國與小國，彼此和睦相處，不爭則無怨懟。百姓淳樸，不以偽禮往來。

「天下無為而治的大同社會」，是老子最樂見的理想世界！

以後之末落現象，交際往來不能無禮，但這「禮」在老子之評價中是不高的。人類放棄誠樸之本質，競習虛華不實之外表，爾欺我詐，相交以偽。故老子教人返回淳樸之社會以後，互相以真誠相見，擯除虛偽的假面具，人民由出生到老死之一生中，在在處處都是淳樸篤實，「沒有」以「偽」相交之虛禮「往來」，如太古之民，無知無識，不相往來之原樸樣子。這就是「民至老死不相往來」，往來是以「真誠無偽」的「樸」。

內講：

關於「民至老死不相往來」，在內修而言，「民」指「氣」。參《醫道還元》卷五〈五氣心法詳解〉內文：

呂祖曰：何謂古民無知？此應亦古經語，「**民**」**指**「**氣**」**言**，**氣**之渾樸，寂然內守，有相安，無相剝，**好似太古之民**，**無知無識**，**老死不相往來**，**故借為喻**。人心養到金德❷渾全，樸質無華，其**氣**之渾樸，依然古民之無知，反之之功，到成就時，本體原無別也。天下惟無知之民，最易蕩佚於矩之外，然由養成功候所致，則無知而實無不知，而所知歸到靈光地上，不散溢於外，所以**氣**存渾樸，一若其無知，而所循行常**不**踰矩也。

本章旨：

老子生當周朝末年，距今約二仟伍佰多年前，正值列強紛爭，社會擾攘，致人心日流於下，老子有鑑於斯，所以在說完五千道德真言以後，特設一太古假想之世，以為亂世下之對照對象。不過這並「不是」教人退化回到原始社會上去，而是勉人在心理上恢復樸實，恬淡寧靜，物遂其生之小國寡民，大同社會上去。

本章「小國寡民」，筆者咸認為道君教導大家善於養身、修身（心性），此亦奉道之士所追求之生活方式，甘於平淡生活、離名利爭奪以保長生，如今之入山修士（住廟堂、宮觀或修道院）。

❷ 金德：借以喻人心之金德，蓋金德主歛束防衛。

《道德經》八十一章

【信言不美。美言不信。善者不辯。辯者不善。知者不博。博者不知。聖人不積。既以為人己愈有。既以與人己愈多。天之道。利而不害。聖人之道。為而不爭。】

此章為《道德經》終篇。示人知立言非難，言能明道為難。純外講。

外講：

【信言不美。美言不信。】

信言不美：凡是誠實的信言，都是坦白直說，不能講究飾詞好聽。

美言不信：在詞句上專以巧言順耳為能事者，其所說的言語就多是不誠實的。

【善者不辯。辯者不善。】

善者不辯：真正作好事的人，也不需要以言語來辯說解釋。

辯者不善：凡以口舌粉飾出來的好事，其所作的事情便不是真正的善行了。

【知者不博。博❶者不知。】

知者不博：凡是真知大道的人，其對世間見聞諸學之所知，並不一定很多。博者不知：可是知識廣博的人，因心智外務存疑，所以就未必是真知大道的人了。

【聖人不積。既以為人己愈有。既以與人己愈多。】

聖人不積：凡人之好言、好辯、好博者，皆欲其己之有積也。「積」是欲藏於己，而可作為勝人之具或技能。又欲為獨得之奇，恐人取之（自私自藏），不知「民財」、「資源」或「道德」原是天賦共用利他之物，亦是用之不窮之物。故己與別人無須分別。聖賢、達人知其然，故所以不積者。

既以為人己愈有：明道的人，以己所知之大道真理說與他人，人得我之有，而人亦進於有道，則教學相長，即人之有得於我，我之有愈進。

既以與人己愈多：同樣道理，以己之積德，來教化、默化別人，達人則施積財與貧困、不吝嗇。人得我之多，而別人亦進於多，則我之多，因人之多而愈多（積德行善愈多，己之福德修為愈高愈厚）。

❶博：廣、豐富。

【天之道。利而不害。聖人之道。為而不爭。】

這是《道德經》最末之一段，老子最後仍不忘說人生行為上之行事標準，分為兩項：

（一）天之道、利而不害：教人效法天地無私之道，因為天地陰陽二氣，生育萬物是盡天地之責任，利養萬物更是廣大無私，在「無為」中見其護養之功，故言「天之道、利而不害」。

（二）是效法聖人之道，因聖人是觀天之道、執天之行❷，在世界上負有代天宣

聖賢、明道者、達人具下列德行：

- 「信言不美」。說話真誠無妄，不用飾詞。
- 「善者不辯」。不須用巧語花言自辯。
- 「知者不博」。不賣弄知識。
- 「聖人不積。既以為人己愈有。與人己愈多」。聖人、達士不保留，愈幫助別人，自己反而更加充足、富有，德愈積愈厚。

化、替天理物之責任。在無為中而無所不為，「功成而弗居」，盡心而已，不爭利益，故言「聖人之道，為而不爭」。

此二者就是在最後啟示給人在處事理物上之最善法則，勉人仰觀俯察以後，最好就是效法體行。至於在道德五千真言中所言之一切道理，若是過目如遺，不能施之於身時，這便成毫無價值東西了。此段仍以上篇第一章以「道可道、非常道、名可名、非常名」為結穴，一切言語文字和大小比擬等等，全都結到虛無杳冥的道體上去。

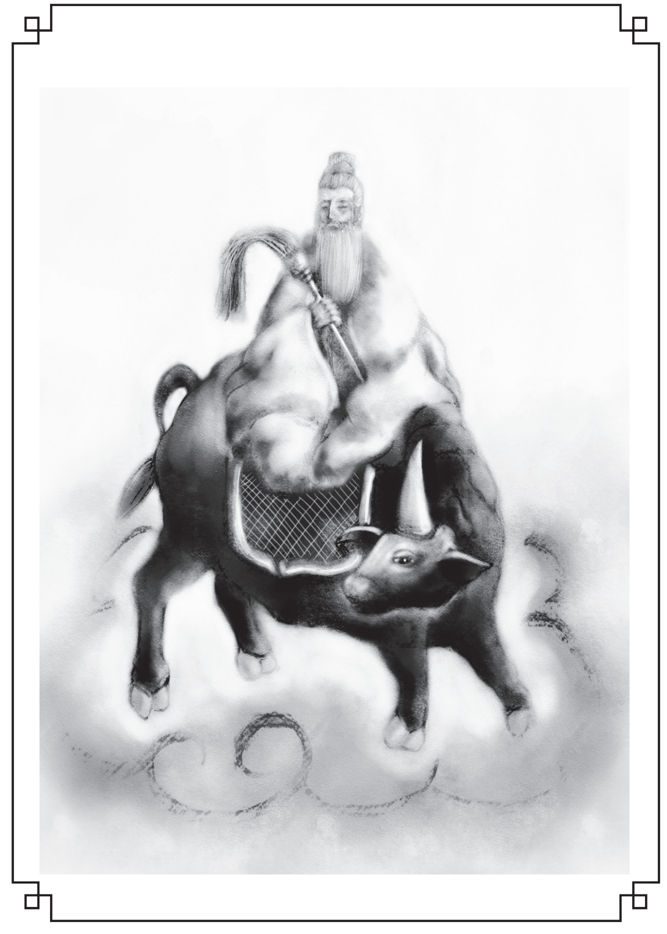
關於本章文句「天之道、利而不害、聖人之道、為而不爭」，參《呂祖全書》卷十九〈修養經〉內文：

呂祖曰：**天之道**。**利而不害**。**聖人之道**。**為而不爭**。故與**時爭**之者**昌**❸。與**人爭**之者**凶**。吉凶禍福。窅窅冥冥❹。其災禍也。非富貴者。可請而避。其榮盛也。非貧賤者。可欲而得。惟為惡則禍來。惟修善則福生。福生於清儉。德生於卑退。道生於安靜。命生於和暢。患生於多欲。禍生於多貪。過生於輕慢。罪生於不仁。仁者。修善積德。成仁入道。以忠以孝。

❷觀天之道、執天之行：《陰符經》開宗明義第一句就說：「觀天之道、執天之行、盡矣」。所謂「天之道」，是指整個世界的根本規律。觀、則指人去考察、體驗、了解天道運行的法則，運用起來。

❸與時爭之者昌：呂祖訓示，教導世人珍惜有限時光，立德修身求道去。否則大限到臨，身軀滅化、輪迴六道、生生滅滅、永無止境、可不惜哉！

❹窅冥：窅、粵音繞。窅冥，深邃幽暗。



聖人**法天道**以行，代天執法利眾生（利）。聖人、哲士珍惜人生歲月，立德修身（昌）。世人與人相爭（凶）。

本章旨：

本章之大意是表示老子本不願以言顯，所謂道本無言，有言皆障，然為化眾生，在權法上無言又不足以明道，因此在不得已時，不得不言而傳五千字經文於世，以為後學津梁。老子立言，是教人離相入理，最高境界乃是反樸歸回「先天太極無為大道」，與仙佛聖賢同體，即上章第一篇「無欲觀妙，有欲觀竅」，進入「眾妙之門」。

《道德經》內外直解終。

編者後記

各大宗教均有「聖經」傳世，俾信徒依法修持。道教尊《道德經》為聖經。五千真言旨理淵微，括萬象之機，悉三才（天地人）之奧，實乃性命之書。為使讀之者易於入手研讀，今撮合經文義理，概括分為三主目：

〔壹〕　天道：天地奧妙之道
〔貳〕　人道：外講
〔叁〕　內講：由後天返回先天的路徑。

〔壹〕　天道：天地奧妙之道

（一）道名和號：

第一章　：【道可道。非常道。名可名。非常名。無欲觀妙。有欲觀竅。】

文義：修真者、通曉「精氣神」之妙，觀妙觀竅，可重返先天無極。

第二十五章：【有物混成。先天地生。吾不知其名。字之曰道】。

文義：「混元道炁」，存於天地未分、日月未明以前。

（二）**對峙**：

第二章：【美惡。有無。難易。長短。高下。音聲。前後。】

文義：天地既判，天地、日月星辰躔度往來皆有度數，惟人也，常以度數作對峙比較，釀成紛爭。老君教人破除名相計較，作為回復天道自然之方法。

（三）**天地升降無私**：

第七章：【天長地久】

文義：天地陰陽升降，周而復始，生育萬物，人能效天地，煉內丹使自身之氣液升降，即水升火降，鉛汞相投，可以長生。

（四）**一本散萬殊**：

第三十九章：【昔之得一者。】

文義：萬物由元炁化造，人惟止此「一性」，修內丹者，性命合一後，則由「散殊歸一」。

（五）萬物生：

第四十二章：【一生二。二生三。三生萬物。】

解讀：天地萬物生成圖，參本書刊導讀一〈創世紀/宇宙生成論〉。

（六）禍福相依：

第五十八章：【禍兮福所倚。福兮禍所伏。】

文義：人生貧富壽夭，得失窮通，緣於因果相因相隨，雖人定可勝天，而天定更可勝人。

（七）天之道，補不足而損有餘：

第四十二章：【物或損之而益。或益之而損。】

第七十七章：【天之道。損有餘而補不足。人之道。損不足以奉有餘。】

文義：以上兩章文句指天之道是持平，不偏不倚，四時行，晝夜替，故能長久。人則欺凌搾索不已，呵諛奉承，造成社會種種不平紛爭。

〔貳〕人道：外講

無極道炁朴散後，遂有後天各種形相，應於人生各種有為日用諸事包括：

（一）德目：倫常、八德等，由無名之道變成有名之德。

第二十八章：【樸散則為器。】

第三十七章：【道常無為。而無不為。】

文義：以上兩章文句闡釋「先天無為道炁」樸散後化作「後天一切有為之善德」各事。

（二）不爭之德／柔弱勝剛強：：

第八章：【上善若水。水善利萬物而不爭。】

文義：以水喻道。

第二十二章：【曲全。枉直。窪盈。敝新。少得。多惑。不自見、自是、自伐、自矜、抱一、不爭。】

第三十六章及第七十八章：【柔勝剛。弱勝強。】

第六十六章：【江海為百谷王。以其不爭。天下莫能與之爭。】

第七十六章：【強大居下。柔弱處上。】

文義：以上四章文句教導世人屈己、處下和不爭之德。

（三）盈、銳、滿、驕終必敗：

第九章：【持盈。揣銳。金滿。富驕。】

文義：以上四項不可長久，功成身退，始可長保不失。

（四）五欲之害：

第十二章：【色、音、味、心狂、貨。】

文義：佛曰五蘊，道曰五欲，皆害性之物，老君教人逆修成三寶。

（五）得失之道：

第十三章：【寵辱若驚。得失若驚。】

文義：名利得失皆驚，老君教人破除我身相則無患得失。

（六）君子和而不同，不反常偏激：

第二十三章：【飄風不終朝。驟雨不終日。同於道者。道亦樂得之。同於德者。德亦樂得之。同於失者。失亦樂得之】。

文義：哲士以耐心善誘化度失道者。

（七）進退之道：

第二十八章：【知其白。守其黑。】

文義：不驕不侈，知榮守辱，尤以今天社會，投資者勿貪勝不知輸，老君勉人要知進退，方保不失。

（八）克己功夫：

第三十三章：【自知。自勝。自強。】

文義：老子教人修身立命之道，先自明察，然後察人。

（九）盈虛之數：

第三十六章：【翕。張。弱。強。廢。興。奪。與。】

文義：上述乃天地氣運、大道運化中有升沉盈虛之數，萬物興亡、離合盛衰、自然而已，人不能察。惟人也，以柔弱自處，順應自然，方得吉祥。

（十）仁，義，禮，三者真偽的識別：

第三十八章：【夫禮者。忠信之薄。】

文義：來自真誠、發自內心的「仁、義、禮」才是「無為上德」。

（十一）知足、知止：

第三十二章：【始制有名。名亦既有。夫亦將知止。知止所以不殆。】
第四十四章：【知足不辱。知止不殆。】
文義：上兩章老子教人不要追求後天的假名相，如權勢名利等等，要時刻「知足、知止」。
第四十六章：【可欲。不知足。欲得。】
文義：倘不知足、不知止、貪得無厭，最終變成「罪、禍、咎」。

（十二）中庸之道：

第四十五章：【躁勝寒。靜勝熱。】
文義：老君以天地四時寒熱互調互燮作喻處世做人，取中庸之道，不偏不倚，不過偏不過激，陰陽調和，公正持平，怨憤不生。
第五十七章：【以正治國。】
文義：觀天之道。執天之行。

（十三）心性之道：

第四十七章：【不出户。知天下。】

文義：格物致知，存心養性，可以鑑知事物，是真知真見。現今社會，重「物質文明」、輕「精神文明」，此與「道」之旨相離。

（十四）求學、求道兩者不同之學問：

第四十八章：【為學日益。為道日損。】

文義：入世當求知識學問，出世（修行奉道者）當求無為大道，少思寡欲，漸遠七情六欲，回歸樸道。

（十五）平等博愛精神：

第四十九章：【善者吾善之。不善者吾亦善之。】

文義：博天地之愛以愛眾生，此與宗教精神相若。

第五十六章：【不可得而親。而疏。而利。而害。而貴。而賤。】

文義：生命平等。

（十六）大同社會：

第五十四章：【以身觀身，家觀家，鄉觀鄉，國觀國，天下觀天下。】

文義：老子上述五觀連結而成為德化之大同社會。與《大學》倡四修：修身、齊家、治國、平天下相同。

（十七）鬼神之道：

第六十章：【道蒞天下。鬼不神。神不傷人。】

文義：有道德之統治者，天地沖和之氣充塞，善多惡少，鬼神各安其位，天降甘露，一片祥和，鬼神自無傷天害人之理。

（十八）大者為下：

第六十一章：【大國者下流。天下之交。】

文義：治國、治事，能謙下納人，衆心悅服自歸，倘以強大凌下欺小，終必離心離德而後已。

（十九）圖難於易，為大於細：

第六十三章：【報怨以德。圖難於其易。為大於其細。】

文義：解決事情，例如結怨諸事，當於怨之初結，用肯吃虧的善意來與對方釋怨，當無不消之理。又圖難於易，為大於細，大處着眼，小處落手，以易作難，則處事無難矣。

（二十）事物量變的過程，慎終如始方不敗：

第六十四章：【合抱之木。生於毫末。九層之臺。起於累土。千里之行。始於足下。慎終如始。則無敗事。】

文義：作任何事情，無論大小，都必須由點滴開始，斷無速成。而老子所言「慎終如始。則無敗事。」則與「千里之堤，潰於蟻穴」義同，小小蟻洞，可以使千里長堤潰決。比喻小事不慎，或不慎終如始，將釀成災禍而失敗。

（廿一）道中三寶：

第六十七章：【我有三寶。慈。儉。不敢為天下先。】

文義：人能守此三寶，天必庇佑，將士守土必固，慈戰必勝，天佑其成。

（廿二）用兵之道：

第三十章：【以道佐人主者。不以兵強天下。】

文義：用兵乃除暴安良，保家衛國，不得已而用之。非君子之器(第三十一章)。故統治者或將領不應用兵強而逞雄天下。

（廿三）用兵不爭，即三不：

第六十八章：【善為士者。不武。不怒。不與。】

文義：用兵守「三不」，方可納於不爭之德。今天之管理層，倘借用「三不」於用人之力上，則作事可達於上乘。

（廿四）借「兵」言道：

第六十九章：【禍莫大於輕敵。輕敵幾喪吾寶。】

文義：此章所指之「敵」，乃指動人心之欲和伐性之色欲，我們要視「它」為敵人，刻刻提防。世人多輕視這個自身的敵人，不自覺地沉淪墮入迷惘，人生之原性，就被自己的敵人打敗而不知，豈不惜哉！

（廿五）防疾病之源：

第七十一章：【夫惟病病。是以不病。】

文義：人生病之源，皆來自口福之欲。老君教人節飲食、寡欲，精神內守，則壽長命安。

（廿六）王亦大，大威治國：

第二十五章：【域中有四大。而王處一焉。】

第七十二章：【民不畏威。則大威至。】

文義：王亦大，皆因統治者擁有實權，造福人民，可使民族和解，富強，提升道德水平。統治者以德信服民，那麼管治威信才是到了最大的地步。

（廿七）天律、天網、因果報應：

第七十三章：【天之道。不爭而善勝。不言而善應。不召而自來。天網恢恢。疏而不失。】

警世：天道廣大，昭昭在上，善惡感應，毫髮不遺，疏而不失。善惡到頭終有

報，若然未報，時辰未到！

（廿八）濫殺無辜，大傷天和：

第七十四章：【代司殺者殺。是謂代大匠斲。】

文義：犯罪者，如無足夠證據而獲脫罪，不必用寧枉毋縱而濫殺，因天律自有最終的審判權，罪惡滿盈者，最終難逃天律，天吏的裁判，即老君所言之「司殺者」

（廿九）痛時疾：

第七十五章：【民之饑。以其上食稅之多。】

戒慎：老子生於戰國末年，諸侯分裂，統治者政煩稅苛，官吏貪求厚侈，致民不聊生而輕死。老君以此勉後來統治者慎此為鑑。

（三十）修己不責人：

第七十九章：【聖人執左契。而不責於人。】

文義：老子以古時契約作喻，有德者修己不責人，不計較恩怨，如同「執左契」，則無怨懟之事。

（三十一）人心日下，導民回歸「樸道」：

第八十章乃總收攝第十七、十八、十九、三十八及五十七章內文，老君預知未來中、下古之世，人心澆漓日下，道德衰落，乃假設想一太古之世，復太古無為，尋回堯天舜日之化治。

第十七章：【太上。下知有之。】

文義：上古之世，人心淳樸，風俗無偽。聖人行無為而治。

第十八章：【大道廢。有仁義。智慧出。有大偽。】

預測：中古以下，無為而治不行，逐漸成為有為而治的名相社會了。

第十九章：【絕聖。絕仁。絕巧。見素抱樸。少私寡欲。】

訓勉：老君教人三絕，回復上古純樸社會。

第三十八章：【上德不德。是以有德。】

文義：上德是無意無心，不存私欲的真德。

第五十七章：【我無為而民自化。我好靜而民自正。我無事而民自富。我無欲而民自樸。】

第八十章：【小國寡民。使民復結繩而用之。甘其食。美其服。安其居。樂其俗。民至老死。不相往來。】

文義：老子明知世事只有進化絕不可能倒退，但他仍取原始之純樸部落為榜樣，假想特設一太古純樸的原始社會，期於全性保真之優遊自得，不願見到大道分剖以後之競名尚譽，因此雖不立仁義孝慈忠良等好聽之名目，不行獎勵鼓舞等之明確制度，可是世人若能率由本性良知而用事，彼此禮誠無偽來相處，人民甘食、美服、安居、樂俗。如斯自然都是善德之真行，這便是老子心中最崇高的「自然無為」、人民自化、自律，民至老死，不相往來的「樸實無華」、「小國寡民」和「上德」的大同社會。即第五十七章及第八十章「回歸樸道」的章旨了。

【叁】內講：即內修譬語，由後天返回先天的路徑

（一）橐籥：

第五章：【天地之間。其猶橐籥乎。】

引喻：老君以橐籥（風箱）的基理來喻「人身真氣」、陰陽動靜升降之機。

（二）谷神、玄牝：

第六章：【谷神不死。是謂玄牝。】

丹語：谷神者、乃「精氣神」三合歸一之「真靈」。玄牝者，乃人身先天（督脈）及後天（任脈）之分界綫。真氣貫通任督二脈，還丹功成在望。

（三）魂魄合一：

第十章：【載營魄抱一。能無離乎。】

修丹法：以靜制動（心馳外動），使魂魄堅定，兩者聚而為一，結於黃庭，出入丹田，漸次三品「精氣神」合一。

（四）虛實利用：

第二章：【有無相生。難易相成。】

丹功：聖胎由無生有，丹成後，由難變易。

第十一章：【有之以為利。無之以為用。】

利與用：學道從實，煉道從虛，借「利」人身「黃庭穴」中虛之位作藏氣培育聖胎之「用」。

（五）「道」之為物：

第十四章：【無象之象。是謂恍惚。】

第二十一章：【道之為物。惟恍惟惚。】

文義：以上二章，老子以「無狀無象」、「恍恍惚惚、似有若無」來形容三品「精氣神」結合之「真靈」。「真靈」者，釋曰「菩提」，道曰「真種」。

第三十五章：【執大象。天下往。】

文義：「大象」乃虛無之一點靈光，釋曰「色空」，道曰「無為」。

（六）修內丹者須動靜咸宜，循序漸進：

第十五章：【孰能濁以靜之徐清。孰能安以久動之徐生。不欲盈。故能敝不新成。】

丹序：道之體用，陽動陰靜咸宜，真氣生，文火（靜、陰）、武文（動、陽）須調節得宜，由武而文，由文而溫，進而四季之序，爐火之升降，即內丹之上下運行，聖胎始結。又煉丹方法要循序漸進，切不可操之過急，沒有外丹藥物可助速成，故曰「敝不新成」。若盲目追求速成，誤行新法，標奇立異，嘩眾取寵，小則傷身，大則害身，焚燒真我，變成殘廢，即走火入魔！

鍾離太師鸞文訓云：「近世玄門之中，多有人師點傳者，人師導之則可，傳則非真，習之則可，證之則難也。真證之士，其真緣一屆，仙聖自當在虛無之境，行無為法，真虛處處，道道無為，修真者，略一領會，便即見真」。摘自《玄音合刊》庚戌年四月十五日（一九七〇年）

（七）歸根復命：

第十六章：【歸根曰靜。靜曰復命。】

丹功：老君教人去欲守靜，修靜達至虛境，還丹復命，反先天大道，謂曰「歸根復命」。再參第五十九章：

（八）深根固蒂：

第五十九章：【深根固蒂。長生久視之道。】

文義：此指修命之根與蒂。「根者」、「命基」也。不貪嗜味肥甘，遠情欲，使後天「濁精」化歸先天「元精」，是謂「深根」。「蒂」指「命蒂」，真息生，貫人身竅穴，則精津血液皆不凝，久之口鼻呼吸之濁氣化為輕清，謂之「固蒂」。

（九）性命合一：

第二十五章：【人法地。地法天。天法道。道法自然。】

文義：呂祖師曰：倘修功至性命合一後，真身乃「身即道而道即身」，則謂之曰「天法道，道法自然」。

（十）金水互用：

第二十八章：【知其白。守其黑。大制不割。】

丹語：黑白，內丹譬語，即「真金」「真水」相互運用，不可分割。

（十一）以「兵」喻「情」：

第三十章：【道佐人主。不以兵強。】

忘情：「兵」者、寓作「情」，人性之好，六欲七情過強，即喻「兵強」，損元氣，奉道者宜寡情弱兵。

（十二）以「兵」喻「氣」：

第三十一章：【佳兵者。不祥之器。不得已而用之。恬淡為上。】

丹法：內修而言，「兵」字作「氣」字解。真氣生，未結丹時，當用「武火」即「兵」，聖胎結，温養於黃庭，則用「文火」，喻戰事平息。武火、不得已而用之，文火、恬淡為上。

第八十章：【民至老死不相往來。】
丹法：「民」指渾樸之氣。

（十三）侯王即「心」：

第三十二章：【侯王若能守。萬物將自賓。】
坐忘：內修而言，**心**即侯王，奉道者，須收攝自**心**諸般妄邪欲念，則身中九竅百脈，自來朝**心**，臣服於侯王。

（十四）王侯是「心」：

第三十七章：【王侯若能守。萬物將自化。】
內修譬語：王侯直指人之「真**心**」，統率人的行為思想。老君教人用「樸」來鎮守王侯，使「**心**」靜不馳、情欲不生、神自運化。

（十五）「反」的真理：

第四十章：【反者道之動。弱者道之用。】

逆修：道書云「順生人，逆則仙」。倘不行逆修法，焉可見真？真氣首在黃庭逆身上行，為氣機之樞紐，周身運轉，聖胎始結。「真氣」至柔至弱，但卻為道體之大用，惜世人不知。

（十六）寒熱互攝：

第四十五章：【躁勝寒。靜勝熱。】

丹法：煉丹築基，須文火（靜、寒）武火（躁、熱）不斷互調。若火候強弱得宜，則丹成汞熟耳。

（十七）生死之徒：

第五十章：【生之徒。十有三。死之徒。十有三。】

文義：老君教人離去後天「三尸識神」，此乃動人於死地之識神，故曰「死之徒」。修煉攝生尋回先天三徒，即「元精、元氣、元神」即「生三徒」。

（十八）柔勝剛／母伏子：

第三十六章：【柔弱勝剛強。】

第五十二章：【既得其母。以知其子。既知其子。復守其母。】

文義：上二章乃內丹譬語，以真水制真火（鉛伏汞）。老君以知子守母來喻「鉛伏汞」，以水制火，使心不外馳奔放，（指人心好動，喜欲，心花怒放，心猿意馬，難羈難制）。內煉使水升火降，心寧神靜常守舍，不致逃失，如「母伏子」。

（十九）尋回「元性」、「赤子」：

第五十五章：【含德之厚。比於赤子。未知牝牡之合而朘作。】

文義：此章老君教人修煉精氣神，神氣交媾，互相交就，即牝牡之合。三品串合，結成聖胎，比若「嬰兒、赤子」。

內修譬語，字句幽深，隱喻良多，交濟升降，非實踐而匪知，丹訣密語，非真仙口傳而莫得。今讀《太初修真黃庭外景真經》，細誦經文，方悉真經與《道德經》、《鍾呂修真傳道集》、《內外修篇》內文及《玄音合刋》內載鄭金仙訓文不無偶合處。茲值刋刻肇始，特附《外景真經》原文於篇末，與《道德經內外直解》文義互照證驗，不負太上演經之旨為盼。

《太初修真黃庭外景真經》（言文對照）

未有天地始，太初生老君❶。只為人我故，轉轉是其因❷。
回頭悟生死，養氣蓄❸精神。丹田❹不許壞，保養壽長生。
身中藏天地❺，凡夫幾個聞。人生雖云小，一一按乾坤。
東方青龍將，是吾守肝神。南方朱雀將，是吾守心神。
西方白虎將，是吾守肺神。北方玄武將，是吾守腎神。

中央勾陳將，是吾守脾神。五方❻相匹配，虛皇按排輪。
肝肺為夫婦，心腎為婚姻。脾號良媒者，差排君與臣❼。
心王為天子，端集賢與賓❽。東嶽為左輔，保護魄與魂。
西嶽為右弼，保護氣合神。南嶽為引駕，保護血合精。
北嶽為殿後，保護壽命根。中嶽為統使，保護一身中。
從頭背至尾，寸寸是精神。一頭毛孔竅，有一大將軍。
遍身披金甲，守護不虧人。恐人不省悟，仔細說來因。

❶ 太初：天地未分以前的元炁。指未有天地以前，太上老君已存在宇宙。

❷ 轉轉是其因：即太上降世，是為教化眾生，遂輾轉降生人間。（參太上道祖寶誥：身經億劫）。

❸ 蓄：積儲，顧惜，即教人愛惜本來自先天的「精氣神」。又曰「三品」。
三品位置、釋義，參修真圖一、二、三號穴及導讀十〈論精氣神〉。

❹ 丹田：指中丹田、黃庭穴（修真圖七號穴）。

❺ 身中藏天地：人身法天象地，參導讀七〈論造化生人〉。

❻ 五方：即五帝，參導讀九〈淺論鍾呂修真傳道集〉內文：人如何生於天地。

❼ 差排君與臣：即肝肺、心腎、脾（媒）之氣與液傳導。參導讀九〈鍾呂修真傳道集〉內文「氣與液」傳導。

❽ 心王為天子，端集賢與賓：心為王侯，統率諸竅穴百脈。參《道德經》第三十二及三十七章。

大腸如江海，小腸如河津⑨。上下分九竅⑩，了得是賢人。
誦吾真黃庭，得保七寶身。莫教魂魄散⑪，體健得長生。
水升火下降，猶如君靠臣⑫。晝夜常檢點，寸步不離身。
知識為玄妙，名為上品人。自古人尊貴，其名委的真。
眷屬暫時聚，中外都離分。金容並玉貌，終久化為塵。
咽喉三寸氣，名為真得宗。各將身中寶，調合氣與神。
誦吾真黃庭，生天見老君。人身之中靜，自有天地神。
頭為天，足為地，頂上有個玄牝門⑬。一去泥丸宮⑭，父精母血生。
左嬰兒，右姹女⑮，宮中便是黃庭體。一寸三分足，子母不相離。
一年一週天，一月一週天，一日一週天，十二時辰準一年。⑯
若誦黃庭經，自然吐紅蓮。兩腎之中有方圓，一點精氣神包連。
左三為陰地，右三為青天。三三並九轉，九氣結成真。
升如三天去，方知七寶身⑰。此經誦一遍，九玄盡超生。
聽吾誦黃庭，鬼神不敢侵。家有一本供，宅舍永安寧。
佩帶此經行，遠近任遊行。秘之天地罪，洩之天地尊。
吾奉太上老君急急如律令⑱

⑨ 大腸如江海，小腸如河津：大腸、小腸，參導讀七〈論造化生人，人體五臟六腑、百骸九竅，法天象地圖之6.3〉。

⑩ 九竅：人身上下共九竅：眼耳口鼻共七陽竅。陰竅有二，即大小二便處。

⑪ 莫教魂魄散：修真者，須使魂魄聚合為一，結於黃庭穴，出入丹田。參導讀八〈內修篇第四章內丹之運用〉。

⑫ 水升火下降，猶如君靠臣：水升火降，君靠臣：參導讀九內文（一）匹配陰陽及（二）交媾龍虎。

⑬ 玄牝門：即先後天之分界線。參修真圖（十）號穴任脈及（十一）號穴督脈及參導讀八內修篇第十六章〈玄牝之門〉。

⑭ 泥丸宮：上丹田。

⑮ 左嬰兒，右奼女：嬰兒、姹女：內丹譬語，即水（鉛）火（汞）二物。由脾（土、即意為媒）或曰黃婆接引二物，相見於黃庭宮。參導讀九內文（三）抽鉛添汞。

⑯ 一年一週天，一月一週天，一日一週天，十二時辰準一年：一年、一月、一日：參修真圖（四）（五）號穴及導讀七內文闡釋。

⑰ 左三為陰地，右三為青天。三三並九轉，九氣結成真。升如三天去，方知七寶身：黃庭之位，有上三下三之界，有左三右三之限，上下三分，下上三分，左右各就亦三分，此即三六數，由小周而化為大周之數。亦曰東西南北，乃曰「四方」。中為「黃庭」，亦即統師。參導讀十〈論精氣神〉。

⑱ 太上老君急急如律令：世間符籙、咒語，一般末句為「吾奉太上老君急急如律令」。概因太上老君為萬法之祖，故能以令役使仙真及三界神祇，故曰「律令」。

太上「無為道」乃教導世人從後天有形質之實體，修身立德，攝生逆行求道，從實還虛。「無為者」非四體不勤，五穀不分，飽食終日，無所事事，而曰「無為」，慕道者，宜識別焉。

道德真文，不能以片言隻語來一窺全豹，五千餘言，用於外、修於內，語言文字，精義入神，通乎神妙，文理條遠，義無不顯，理無不真，所言「大道」沛乎天地，總領三才，破人我之相觀，超時空而獨立，修之一身而推及於天下。尚冀研讀者，細味咀嚼內文，探尋玄理。倘能尊太上（老子）文旨立德修持、慎終如始，則必踏蹄見天堂，願真道者，蓋興乎來。

後學「三早道人」謝傳清謹書

天運戊戌年（二〇一八年）暮春

跋文

「道」之在宇宙者，其精蘊盡於「五千真言」，授受於函關尹喜，外此者何庸片紙隻字乎？惟「道德真言」於意未盡，言不能顯者，設為譬喻（比喻）以達其旨，使人自得於意言之外。然寓意深遠難測，人多錯會，後起之論，巧言善辯，恣其鼓簧，拾人涕唾。迨日就久遠，後之人愈拾其涕唾，遂成舌戰，彼此交攻，惑亂尤甚！更甚者，妄肆詆誹，為無忌憚，闢太上，黜「道德」。

孚佑帝師呂祖為世道墮入障中而憂，固已深疾之，不以此急出而正之，則真偽混淆，貽害千古。真緣數會，自清末迄今，三佰餘年間，呂祖師先後降鸞演真文，闡發註解《道德經》文，使後之學者，明其真義，發其妙蘊，尊信太上（老子）之言，不起一毫偏知偏見，依於義，不依於語，依於智，不依於識，如此參究，方可達太上立言之旨。

所謂載「道」者經也，闡「道」者人也，後學不負師引，拾我師之唾涕，依據真詮鸞文註釋經文，要以經中譬喻得解，使讀之者義會言之外，無拘於語言文

字，方能與太上立言本旨不相悖。立德修身，摒棄邪妄貪欲，從後天有為之道，清靜抱樸返歸先天無為大道，尚冀閱讀者：

莫將容易得
便作等閒看

是所祈願也。

明善學院仝人謹跋
天運戊戌年（二〇一八年）暮春

道學叢書（免費贈閱）

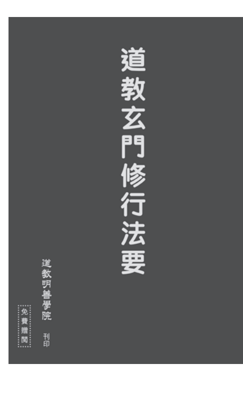




（一）《道德經內外直解》乃依據「呂祖全書」、「醫道還元」、「玄門內外雙修篇」三本道書詮釋，解讀透徹，使閱《道德經》者對經中文義能融會貫通。

（二）〈宣化鸞文〉、〈玄音〉，乃彙編數十年來仙聖鸞文（乩文）集，內含玄機妙論，理學、玄學、天道、人道、五行、陰陽俱有論列。〈玄門內外雙修篇〉乃太上道祖、呂祖先師降鸞演文，綜論性命雙修、內煉之法。

五十年來
呂祖靈應事蹟
（西曆一九四〇年至一九八九年）
因時、地、人、事而制宜，仙跡遍歷：
粵境：一九四〇至一九四八年「覺善精舍」、「宏道精社」
香港：一九五〇至一九八九年「圓玄學院」、「玉清別館」
道教明善學院 刊印
圖文並茂・免費贈閱



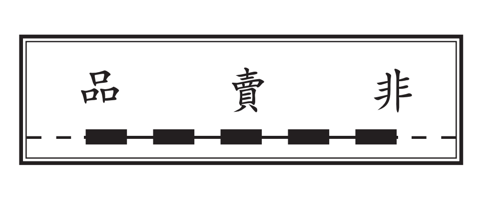
趵突泉語錄十戒十行
修道真言
玄門內外雙修篇
太乙金華宗旨
合刊
附錄
呂祖百字碑
太上清靜經
玉皇心印經
詞意詮釋
道教明善學院 刊印
免費贈閱

（三）《呂祖靈應事蹟》：內容記述五十年間（一九四〇至一九八九年）呂祖顯於粵港兩地之靈應事蹟。

（四）《道教玄門修行法要》乃依太上道祖、呂祖師二聖南針指示，教人求道修真之法要。

（五）《趵突泉語錄十戒十行》併刊乃呂祖、白玉蟾二聖訓示，教人以儒合道，內外雙修踏上仙途。

積善莫如弘聖道



立德乃可格天心

道德經內外直解

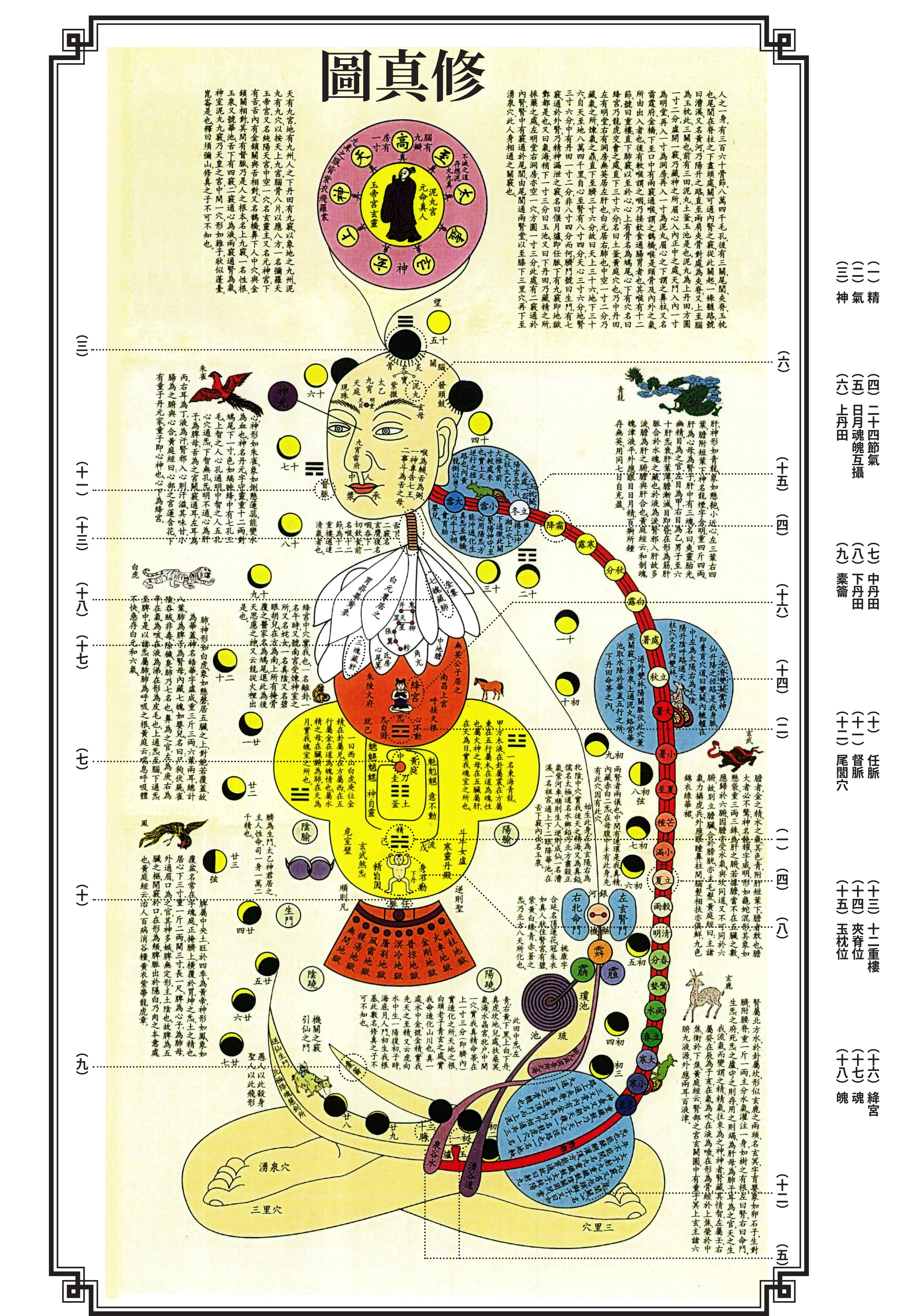
公曆二〇一九年秋

歲次己亥年　增訂版

出　　版：道教明善學院
編　　註：「三早道人」謝傳清
美術設計：泰利
繪　　圖：泰利
排　　版：泰利
編　　輯：三早道人　泰利
地　　址：香港新界元朗錦上路元崗新村，東邊路一〇六約，地段第一六九四、一六九五號
通訊郵箱：香港新界元朗錦上路 元崗村 東邊路村民信箱三十六號
網　　址：mingxintaoism.org
電　　話：二四八八　五四八四
傳　經　組：九四四二　四九四八　梁生
國際書號：ISBN 978-988-78885-0-5







修真圖
(一)精
(二)氣
(三)神
(四)二十四節氣
(五)日月魂魄互攝
(六)上丹田
(七)中丹田
(八)下丹田
(九)橐籥
(十)任脈
(十一)督脈
(十二)尾閭穴
(十三)十二重樓
(十四)夾脊位
(十五)玉枕位
(十六)絳宮
(十七)魂
(十八)魄
朱雀
青龍
白虎
玄武
玄鹿
湧泉穴
三里穴